



FACULDADE DE DESPORTO  
UNIVERSIDADE DO PORTO

# **Análise comparativa dos jogadores finalizadores em Futebol e em Futsal Sub-17**

Relatório de Estágio apresentada com vista á obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, com especialização em Desporto para Crianças e Jovens, nos termos do Decreto – Lei nº 74/2006 de 24 de Março.

**Orientador:** Professor Doutor Daniel Barreira

**Ângela Maria Rocha Viana**

Porto, 2017

Viana, A. (2017). *Análise comparativa dos jogadores finalizadores em Futebol e em Futsal Sub-17*. Porto: A. Viana. Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Desporto de Crianças e Jovens, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras-chave: FUTEBOL, FINALIZADORES, FUTSAL, GOLOS, TREINO

## **Agradecimentos**

Agradecer ao Doutor Daniel Barreira pela disponibilidade que demonstrou desde o início, pela sabedoria, pelo conhecimento, pela paciência despendida, e pela ajuda fundamental para este trabalho.

Ao Sport Comercio Salgueiros, por ter aceitado o meu pedido de realização do estágio profissionalizante no clube.

Aos meus atletas do escalão de sub-17 do Sport Comércio Salgueiros principalmente aos que foram avaliados por mim, que foram incansáveis, pela disponibilidade sempre mostrada para ajudar no processo deste trabalho.

Um agradecimento também para o clube Póvoa Futsal Clube, onde sou jogadora, que me possibilitou de observar os atletas de sub-17 para avaliações, e por autorização de filmagem.

Aos meus pais e irmã, por todo o apoio e carinho que me deram ao longo destes anos, que mesmo longe estavam sempre por perto.

Obrigada.



## Índice Geral

|  |             |
|--|-------------|
| <b>Agradecimentos</b>  | <b>V</b>    |
| <b>Índice Geral</b>  | <b>VII</b>  |
| <b>Índice de Figuras</b>   | <b>IX</b>   |
| <b>Índice de Quadros</b>   | <b>X</b>    |
| <b>Índice de Anexos</b>  | <b>XII</b>  |
| <b>Resumo</b>  | <b>XIII</b> |
| <b>Abstract</b>  | <b>XV</b>   |
| <b>1. Introdução</b>   | <b>1</b>    |
| <b>2. Contextualização da prática</b>                              | <b>7</b>    |
| <b>2.1 Enquadramento da prática profissional</b>                   | <b>8</b>    |
| <b>2.2 Contexto Institucional</b>                                  | <b>10</b>   |
| 2.2.1 Caracterização do Contexto Competitivo                       | 10          |
| 2.2.2 Clube Sport Comércio e Salgueiros                            | 12          |
| 2.2.3 Caracterização do Plantel Sub- 17                            | 13          |
| 2.2.4 Caracterização da Equipa Técnica                             | 15          |
| <b>2.3 Contexto de natureza funcional</b>                          | <b>17</b>   |
| <b>2.4 Modelo de Jogo do Sport Comércio Salgueiros</b>             | <b>19</b>   |
| 2.4.1 Sistema de Jogo  | 21          |
| 2.4.2 Estatuto posicional do jogador no nosso modelo de jogo       | 25          |
| 2.4.3 Os jogadores finalizadores no nosso sistema                  | 25          |
| <b>2.5 Observação, Análise e Interpretação do jogo e do treino</b> | <b>27</b>   |
| <b>3 Desenvolvimento da Prática</b>                                | <b>29</b>   |
| <b>3.1. Importância de um jogador finalizador em Futebol</b>       | <b>30</b>   |
| 3.2.1 O Avançado e a sua função no jogo                            | 30          |
| 3.2.2 Características de um jogador finalizador                    | 32          |
| 3.2.3 O jogador finalizador e o golo                               | 34          |
| <b>3.2. Importância de um jogador finalizador em Futsal</b>        | <b>35</b>   |

|  |            |
|--|------------|
| 3.2.1. O futsal e a sua História   | 35         |
| 3.2.2. Posições e funções no futsal  | 36         |
| <b>3.3. <i>Análise comparativa dos jogadores finalizadores em Futebol e em Futsal Sub-17</i></b> | <b>38</b>  |
| 3.3.1. Objetivos   | 38         |
| 3.3.2. Participantes   | 39         |
| 3.3.3. Métodos   | 40         |
| 3.3.4. Procedimentos   | 45         |
| 3.3.5. Resultados  | 51         |
| 3.3.6. Discussão   | 55         |
| <b>4. Desenvolvimento Profissional</b>   | <b>57</b>  |
| <b>5. Referências</b>  | <b>62</b>  |
| <b>Anexos</b>  | <b>XVI</b> |

## Índice de Figuras

|   |    |
|---|----|
| <b>Figura 1</b>   <i>Momentum</i> de avaliação. Início e o fim da avaliação realizada na amostra .....  | 42 |
| <b>Figura 2</b>   Zonas de baliza .....   | 44 |
| <b>Figura 3</b>   Orientação do corpo, o ponto no meio representa ao corpo do jogador .....   | 44 |
| <b>Figura 4</b>   Campograma (adaptado de OSMOS – soccer player - Castañer, Barreira, Camerino, Anguera, Fernandes, & Hílano, R., 2017) ..... | 44 |

## Índice de Quadros

|  |    |
|--|----|
| <b>Quadro 1</b>   Plantel Sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros da época de 2016/2017.....   | 14 |
| <b>Quadro 2</b>   Dados alusivos ao Plantel Sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros da época de 2016/2017.....   | 15 |
| <b>Quadro 3</b>   Equipa técnica dos Sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros na época desportiva 2016/2017.....  | 16 |
| <b>Quadro 4</b>   Sistema de jogo utilizado 1-4-4-2 dos sub-17 do Sport Comércio Salgueiros da época de 2016/2017 .....  | 22 |
| <b>Quadro 5</b>   O sistema 1-4-4-2 dos sub-17 Sport Comércio e Salgueiros na época de 2016/2017 adaptado em outros sistemas .....   | 23 |
| <b>Quadro 6</b>   Dinâmica atacante respeitante ao modelo de jogo dos sub -17 do Sport Comércio e Salgueiros na época 2016/2017 .....  | 24 |
| <b>Quadro 7</b>   Caracterização dos jogadores finalizadores dos sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros época 2016/2017 .....   | 26 |
| <b>Quadro 8</b>   Participantes sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros e do Póvoa Futsal Clube na época desportiva de 2016/2017 .....   | 40 |
| <b>Quadro 9</b>   Momentos de avaliação (microciclo) dos participantes do Sport Comércio e Salgueiros e do Póvoa Futsal Clube.....   | 42 |
| <b>Quadro 10</b>   Instrumento de observação (adaptado de OSMOS – soccer player - Castañer, Barreira, Camerino, Anguera, Fernandes, & Hilen, R., 2017) .....                       | 43 |
| <b>Quadro 11</b>   Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros época 2016/2017 relacionados com Finalização através de combinações..... | 46 |
| <b>Quadro 12</b>   Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros época 2016/2017 relacionados com finalização através de rotação.....     | 47 |
| <b>Quadro 13</b>   Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros época 2016/2017 relacionados com finalização através de condução .....   | 48 |
| <b>Quadro 14</b>   Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros época 2016/2017 relacionados com finalização através de cruzamento ..... | 49 |
| <b>Quadro 15</b>   Exercícios de finalização realizados em treino da Equipa de juvenis Sub-17 do Póvoa Futsal Clube na época 2016/2017 .....                                       | 50 |



|  |    |
|--|----|
| <b>Quadro 16</b>   Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a recepção de bola e a finalização.....                                | 51 |
| <b>Quadro 17</b>   Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a orientação do corpo quando remata e quando recebe bola .....         | 52 |
| <b>Quadro 18</b>   Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com o número de adversários e o número de toques na bola .....             | 52 |
| <b>Quadro 19</b>   Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a locomoção após recepção de bola .....                                | 52 |
| <b>Quadro 20</b>   Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a ação após recepção de bola .....                                     | 53 |
| <b>Quadro 21</b>   Análise estatística descritiva dos indicadores de avaliação por clube .....   | 53 |
| <b>Quadro 22</b>   Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com Zona de baliza, Zona onde recebe a bola e Zona onde remata a bola..... | 54 |

## Índice de Anexos

|   |       |
|---|-------|
| <b>Anexo 1</b>   Microciclo Padrão do Sport Comércio Salgueiros .....                                   | XVII  |
| <b>Anexo 2</b>   Jogos e resultados da época 2016/2017 sub17 do Póvoa Futsal Clube .....                | XVIII |
| <b>Anexo 3</b>   Base de golos por atletas da época 2016/2017 sub17 do Póvoa Futsal Clube. ...          | XVIII |
| <b>Anexo 4</b>   Base de golos por atletas da época 2016/2017 do Sport Comércio Salgueiros.....         | XIX   |
| <b>Anexo 5</b>   Jogos e resultados da época do Sport Comércio Salgueiros, com minutos por atleta ..... | XX    |

## **Resumo**

A evolução experimentada pelo Futebol nos últimos anos pode dever-se, entre outros aspetos, ao surgimento de diferentes olhares sobre o treino e sobre a competição. Nas tarefas de preparação do treino e da competição encontram-se implicadas diversas áreas do conhecimento que contribuem para conferir às equipas e aos treinadores melhores possibilidades para atingir o rendimento. Destaca-se, neste contexto, a área da observação e análise do jogo, que tem vindo a perfilar-se como uma das facetas que mais contribuem para o planeamento e concretização de um processo de treino devidamente contextualizado e, conseqüentemente, para um modo mais eficaz de atuar em competição.

O presente relatório foi realizado no âmbito do 2º ciclo em Desporto para Crianças e Jovens da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, dando conta dos conhecimentos adquiridos e da experiência vivenciada durante uma época desportiva.

No sentido de desenvolver um conhecimento prático efetivo sobre o treino ao nível dos jogadores finalizadores, procurou-se comparar os jogadores da equipa de sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros, de futebol, com os de uma equipa de futsal, os sub-17 do Póvoa Futsal Clube. Para isso, tal as notas de campo e as filmagens de treinos e dos jogos serviram de análise para perceber as diferenças entre modalidades. Com objetivo de analisar principalmente a fase ofensiva das equipas, mais propriamente os golos. Criou-se um quadro de indicadores para avaliar os mesmos, principalmente o gesto técnico.

Concluído, na maior parte dos indicadores percebemos que não houve grandes diferenças em termos de resultados. Mesmo as modalidades sendo diferentes, podemos observar algumas coisas interessantes ao longo da avaliação.

Palavras-chave: FUTEBOL, FINALIZADORES, FUTSAL, GOLOS, TREINO.



## **Abstract**

The evolution of football in past years can be due, among other aspects, to the enlargement of different views on training and competition. The tasks that regard the preparation of a training process and competitive moments have within them several areas of knowledge. These different areas contribute not only to a better performance of the team but also of its coaches. Within this perspective, game observation and analysis is an important tool, becoming one of the many factors that contribute to a functional and suitable implementation of a training process and, therefore, to a more effective way of competing.

This work was carried out within the scope of the 2nd cycle in Sport for Children and Youngsters of the Faculty of Sport of the University of Porto, giving an account of the knowledge acquired and the experience lived during a sports season.

In order to generate effective and practical information about training with finalizing players, the goal was to compare football players of the U-17 team of Sport Comércio e Salgueiros with those of a futsal team, the U-17 of Póvoa Futsal Club. For this, field notes and images of trainings and games were used as data analysis to recognize the differences between both sports. The main goal was to analyze the offensive phase of the teams, specifically the goals scored. A table with several parameters was created to evaluate the goals, primarily the technical gesture.

Concluding, most of the parameters did not illustrate great differences result wise. Even though both sports (football and futsal) are different, we can witness some interesting things throughout the evaluation.

Keywords: FOOTBALL, FINISHERS, FUTSAL, GOALS, TRAINING.

## **Lista de Abreviaturas**

**AVC** – Avançado

**FIFA** – Federação Internacional de Futebol

**FPF** – Federação Portuguesa de Futebol

**JO** – Jogador Ofensivo

**JF** – Jogador Finalizador

**MO** – Médio Ofensivo

**MA** – Médio Ala

**OD** – Organização Defensiva

**OO** – Organização Ofensiva

**PFC** – Póvoa Futsal Clube

**PFC1** – Jogador 1 do Póvoa Futsal Clube

**PFC2** – Jogador 2 do Póvoa Futsal Clube

**PFC3** – Jogador 3 do Póvoa Futsal Clube

**PFC4** – Jogador 4 do Póvoa Futsal Clube

**PFC5** – Jogador 5 do Póvoa Futsal Clube

**RE** - Relatório de estágio

**SCS** – Sport Comércio e Salgueiros

**SCS1** – Jogador 1 do Sport Comércio e Salgueiros

**SCS2** – Jogador 2 do Sport Comércio e Salgueiros

**SCS3** – Jogador 3 do Sport Comércio e Salgueiros

**SCS4** – Jogador 4 do Sport Comércio e Salgueiros

**SCS5** – Jogador 5 do Sport Comércio e Salgueiros

**SCS6** – Jogador 6 do Sport Comércio e Salgueiros

**SCS7** – Jogador 7 do Sport Comércio e Salgueiros

**SCS8** – Jogador 8 do Sport Comércio e Salgueiros

**UEFA** - Union of European Football Associations

# **1. Introdução**

O Futebol ocupa um lugar importante no contexto desportivo contemporâneo dado que na sua expressão multitudinária não é apenas um espetáculo desportivo, mas também um meio de educação física e desportiva e um campo de aplicação da ciência. Em Portugal, o Futebol assume um lugar de destaque na sociedade, com uma cobertura que ultrapassa largamente a de qualquer outra modalidade desportiva.

O número de praticantes acompanha esta tendência, atingindo os 150 mil praticantes federados (Teixeira, 2011). Diariamente, milhares de crianças treinam/jogam, procurando atingir o sonho de chegarem a profissionais, percorrendo as inúmeras competições organizadas, seja a nível nacional (Federação Portuguesa de Futebol) ou distrital (associações de futebol), com diversos escalões jovens. Na atualidade existe também o Futebol Feminino com uma crescente importância no âmbito nacional.

No decurso da sua existência, esta modalidade tem sido ensinada, treinada e investigada à luz de diferentes perspetivas, as quais deixam perceber conceções diversas a propósito do conteúdo do jogo e das características que o ensino e o treino devem assumir, na procura da eficácia. (Garganta, 2002). Para Garganta e Araújo (2005), o Futebol é predominante um jogo de julgamentos e de tomadas de decisão decorrentes de uma dinâmica relacional coletiva, num contexto de cooperação e oposição, em que o processo de tomadas de decisão consiste na resolução em ação de vários problemas que ocorrem simultaneamente durante as partidas.

Com base neste entendimento, os fatores tempo e espaço são entendidos como fundamentais no jogo de Futebol (Lobo, 2007), percebendo-se que a dimensão tática tem evoluído para patamares de maior complexidade. De acordo com Campos (2008), o sucesso dos jogadores em competição depende da sua capacidade de julgar as situações e decidir em função dessa leitura, optando pela melhor solução face as exigências do momento.

A inteligência e capacidade de decisão tática tornam-se assim alicerces do jogo devido à aleatoriedade, imprevisibilidade e variabilidade de comportamentos e



ações existentes na prática (Garganta & Oliveira, 1997). É impossível determinar o que vai ocorrer em seguida, o jogo de Futebol é altamente imprevisível e aleatório (Pinto, 1997; Costa et al., 2002), características que resultam do envolvimento aberto, do elevado número de jogadores, da dimensão do espaço de jogo, bem como a duração do tempo de jogo, no entanto existem padrões que as equipas detêm e seguem, que lhes conferem uma identidade.

Entre 2002 e 2010, utilizou-se menos o drible e a condução de bola e, inversamente, aumentou-se a utilização do passe longo, i.e., predomina atualmente um jogo mais coletivo. Já a quantidade de ataques pelos corredores laterais aumentou relativamente ao período 1982-2000, como consequência da desvantagem numérica no centro do jogo. Não obstante o fator tempo ser o maior responsável pelas alterações dos padrões de jogo ao longo dos últimos 30 anos, o resultado do jogo, a fase da competição e o período do jogo parecem também ter influenciado. (Barreira, Garganta, Castellano, Machado, & Anguera, 2015)

Um dos sinais que os momentos defensivos do jogo têm ganho importância para os treinadores é a redução do número de golos marcados por jogo ao longo do tempo — entre os campeonatos do Mundo Uruguai 1930 e Alemanha 2006 marcam-se em média menos 1,66 golos por jogo (Castellano, Perea, & Álvarez, 2009).

Vários autores (e.g. Hughes & Bartlett, 2002; Mesquita, Farias, Oliveira, & Pereira, 2009) referem-se à fase ofensiva como a fundamental do jogo de Futebol, uma vez que é nesta que o principal objetivo do jogo pode suceder — a obtenção do golo. No entanto, o jogo de Futebol diferencia-se dos outros jogos desportivos coletivos pela reduzida quantidade de ataques que terminam em golo: 1% segundo Dufour (1992). Assim, no presente estudo considera-se a realização de remate à baliza adversária como um comportamento indicador de eficácia ofensiva.

*“Para ganhar, você tem de marcar um golo a mais do que o adversário”  
(Johan Cruyff, 2009)*

Diferentes indicadores de foro comportamental, relativos a jogadores e equipas, têm sido estudadas com elevada profundidade, sobretudo no que concerne aos padrões individuais, setoriais e coletivos que, com probabilidade tendem a induzir a marcação de golos - objetivo primordial do jogo - e, consequentemente, o sucesso (Barreira & Garganta, 2007). No entanto, parece-nos que para aferir da probabilidade da equipa ter maior sucesso ofensivo em competição, importa sobretudo aferir se a ideia que a equipa evidencia para a respetiva organização do ataque demonstra uma dinâmica própria e versátil, que seja capaz de superar a organização defensiva (OD) do adversário. Assim, é de admitir que uma organização ofensiva (OO) eficaz traduza a capacidade do coletivo para que a equipa alie a qualidade nos diferentes momentos de jogo e o resultado em contexto de competição (Ferraz, 2014). Neste âmbito, importa aumentar o conhecimento acerca do comportamento dos jogadores que possuem maior participação nos momentos ofensivos ao nível da finalização, ou seja, os médios ofensivos / interiores, extremos / médios-ala e avançados (AVC) / pontas- de-lança (PL), que designamos por finalizadores.

O desconhecimento do processo de treino à escala individual e/ou setorial, que conduza a negligenciar-se a exercitação das movimentações e dinâmicas próprias dos jogadores relativos aos estatutos posicionais referidos, parece ser um fator preponderante na tendência para a redução da quantidade média de golos por jogo. Esta lacuna do processo de treino tem sido ultrapassada, na nossa perspetiva, pelo virtuosismo e criatividade individuais de jogadores talentosos.

Embora admitamos que grande parte dos treinadores têm uma ideia acerca do perfil preferencial dos jogadores finalizadores, denota-se que esse perfil parece diferir, e pode até variar quando um mesmo treinador utiliza diferentes sistemas táticos ou estratégias em diferentes jogos ou em diferentes momentos do mesmo jogo. Acrescenta-se, ainda, que os perfis traçados sobre alguns

jogadores não demonstram, por si só, quais os comportamentos ótimos para que a dinâmica ofensiva da sua equipa seja ótima.

Pretende-se, assim, conhecer o jogo de Futebol neste âmbito específico, para que os meios e métodos de treino sejam atualizados e tornados mais eficazes, de modo a contrariar as tendências evolutivas do jogo quanto à diminuição da quantidade de golos marcados por jogo. Consequentemente, no presente trabalho pretende-se estabelecer a relação entre as funções e os comportamentos dos jogadores finalizadores e a finalização do ataque numa equipa de Futebol. Tentar-se-á, deste modo, obter conhecimento acerca das ações e dos comportamentos destes jogadores que revelem eficácia, de forma que, com diferentes perfis destes mesmos jogadores se consigam padrões de ação que sejam relevantes e que influenciem todo o processo que dá origem ao golo, ou pelo menos à situação de finalização.

No presente relatório de estágio (RE) contemplar-se-ão os comportamentos tático-técnicos das equipas em fase ofensiva, considerando-se as zonas do terreno de jogo e a obtenção do golo. Deste modo, procurar-se-á identificar e compreender os atacantes que, com maior probabilidade, possam induzir um ataque eficaz, tendo em consideração os constrangimentos estruturais tais como o espaço, o posicionamento do corpo, a receção e as relações numéricas com o adversário no momento do remate.

Numa segunda parte do RE realizar-se-á uma comparação de jogadores de futebol de 11 com jogadores de futsal, para indagar diferenças nos padrões individuais de jogo. Apesar de não ser uma derivação do futebol, o futsal possui muitas semelhanças, nomeadamente a presença da bola (objeto de jogo), o mesmo objetivo, ser um jogo de invasão, a utilização das mesmas estruturas corporais e ações motoras para a prática da modalidade.

### **Análise comparativa entre os jogos de futebol e de futsal**

O futebol (disputado por 11 jogadores em cada equipa) e o futsal (disputado por 5 jogadores em cada equipa) são modalidades altamente dependentes dos

componentes de processamento central do movimento no que se refere à tomada de decisão, o que é corroborado por Castelo (1994) quando cita três fatores que influenciam a natureza do jogo de futebol: (i) a variabilidade das situações de jogo; (ii) a constante modificação-transitoriedade; e (iii) a capacidade de tomada de decisão dos jogadores.

Quando analisada a especificidade da modalidade de futsal comparando-se com o futebol, observa-se que o futsal apresenta-se como um jogo mais rápido, caracterizado por toques sucessivos na bola, deslocamentos velozes, uma constante e intensa modificação nos componentes ambientais do jogo, acontecendo num espaço significativamente menor que o futebol.

Por fim, outro aspeto que poderia estabelecer a diferença entre o futsal e o futebol diz respeito à magnitude dos passes realizados, visto que o futebol caracteriza-se pelo grande número de passes longos, em que a bola permanece no ar mais tempo. Além disso, existe uma diferença significativa na velocidade de deslocamento da bola nos diferentes locais de disputa. No futebol o atrito da relva diminui a velocidade com que a bola se movimenta diferentemente do que ocorre na quadra. Dessa forma, o futsal pode proporcionar ao praticante uma constante apresentação de estímulos em situações que exigem uma demanda muito grande de velocidade e um processamento mais rápido e eficiente da informação apresentada quando comparado ao futebol.

## **2. Contextualização da prática**

## **2.1 Enquadramento da prática profissional**

O desporto organizado para jovens evoluiu gradualmente nas últimas décadas. É sabido que ele pode ter um papel importante na socialização e por seu intermédio os jovens são colocados com valores culturais inerentes à sociedade que muito contribuem para a sua formação. Para a maior parte dos jovens praticar desporto é saudável e divertido e apresenta-se como experiência motivadora. A participação dos jovens no desporto pode ter objetivos diferentes, sendo também distinto o tipo de participação. A criança, de acordo com as suas potencialidades e interesses, pode envolver-se no desporto de uma forma mais ou menos recreativa ou com aspirações para atingir elevados níveis de performance.

O Futebol, enquanto desporto de massas e fenómeno social, tem de ser visto em função da capacidade de intervenção na rentabilização desses níveis motivacionais dos jovens, para valorização do processo de transmissão de valores fundamentais ao desenvolvimento da sociedade atual.

A formação desportiva não pode ser vista como uma formação puramente desportiva, mas também tem de ser encarada como algo que contribui para a formação cívica do atleta para que este saiba viver em sociedade desenvolvendo a sua personalidade e socialização através da integração na sua equipa (grupo) e, conseqüentemente, aumente a sua autoestima pelo facto de sentir que faz parte do grupo.

Marques (2002) refere-se ao treinador de jovens como “alguém que compreende o que é ser criança e adolescente e que esteja preparado para articular um conjunto de estratégias de intervenção centradas no sujeito da prática – o jovem desportista”. Para este autor (2002), o treinador é um educador, referindo que a ausência de qualificação por parte destes é um desrespeito para com os atletas. Lima (2000) afirma que os treinadores de jovens têm uma tarefa importante, que passa por desenvolver o gosto pelo treino, fazendo com que as oportunidades que ajudam a desenvolver o gosto

pelo treino não sejam esquecidas e assim o atleta consiga ser bem sucedido no que tem de fazer no treino.

A profissão de treinador exige um conhecimento multidisciplinar (técnico, tático, psicológico, de metodologia do treino, entre outros) na modalidade desportiva em que se especializa, bem como, no domínio da pedagogia. Tal multiplicidade de requisitos torna imprescindível um sólido capital de competência técnica, de personalidade e de inteligência estratégica (Garganta, 2004). Para se desempenhar a função de treinador não é suficiente ter sido jogador/atleta dessa modalidade, pois reconhecemos que fazer como se viu fazer não é certeza de desempenhar com eficiência a função. Ser treinador cada vez mais exige conhecimentos diversificados e atualizados de diversas áreas de conhecimento, nomeadamente nas áreas da metodologia e pedagogia do treino.

O treinador deve exercer a sua função tendo em conta as características dos atletas e os objetivos do contexto em que está inserido. Se ao nível do escalão sénior a avaliação do trabalho desenvolvido é frequentemente baseado no rendimento da equipa, nos escalões de formação a noção de excelência tem de ir muito para além do perder e ganhar. Para Coté et al. (2007), o treinador excelente é aquele que desenvolve as suas competências tendo em conta o contexto em que trabalha, pois para as diversas etapas de desenvolvimento existem exigências diferentes.

Por fim, podemos assim considerar que os treinadores são elementos fundamentais no desporto e na sociedade. “São agentes desportivos com papel bem definido, todavia muito diversificado, que abrange diversas áreas inerentes às componentes do jogo. São responsáveis pelo planeamento, gestão, seleção, liderança, instrução e rendimento de um grupo de seres humanos no desporto” (Rocha, 2006). O treinador é então um elemento fulcral de atividade desportiva pois representa muito mais do que um simples orientador quer de treinos quer de jogos (Curado, 1991).

## **2.2 Contexto Institucional**

### **2.2.1 Caracterização do Contexto Competitivo**

Stratton (2004) refere que ocorrem mudanças complexas e não totalmente compreendidas durante o crescimento da criança, ou seja, os processos são lentos e não são tão perceptíveis numa base diária. Assim sendo, os treinadores de Futebol têm que compreender o caminho geral que os jovens seguirão desde crianças até à idade adulta.

No escalão de Juniores B (juvenis sub-17) a pressão dos resultados já é um pouco visível num clube que pretende subir de divisão. Os jovens desde cedo habituem-se à pressão competitiva, não tendo tempo para falhar. Nesta fase crucial da sua formação começam a definir-se as suas reais hipóteses de seguir uma carreira profissional, existindo assim a necessidade de realizar uma cuidada gestão de expectativas dos jovens jogadores e dos seus pais. No caso específico do Futebol, as poucas oportunidades dadas aos jovens jogadores tornam-se, provavelmente, o fator preponderante para o abandono da prática desportiva.

A importância do estabelecimento de objetivos para a época desportiva prende-se com o facto de estabelecer compromissos entre todos os elementos constituintes da equipa. Deste modo, os objetivos definidos pelo treinador e pelos diretores, devem ser transmitidos aos jogadores para que estes estejam a par das expectativas, assim como do tipo de análise ao qual o seu trabalho estará sujeito. Os jogadores devem ainda fazer coincidir os seus objetivos pessoais com os objetivos da equipa.

#### **Objetivos de Formação:**

- O desenvolvimento das qualidades primárias de um jogador de futebol, nomeadamente as qualidades técnicas (técnica de controlo de bola – passe, remate, receção), qualidades táticas básicas (visão de jogo, posicionamento mais racional em função do espaço e não da bola), algumas qualidades físicas (velocidade, coordenação) e mentais (disponibilidade para o jogo, espírito de equipa e fair play);



- Incentivar para a prática desportiva e criar uma atitude correta face ao desporto;
- Promover um respeito com todas as pessoas que o rodeiam (treinadores, árbitros, colegas de equipa, dirigentes, etc);
- Incentivar uma boa conduta, face na vitória como na derrota.

#### **Objetivos de Competição:**

- Ganhar todos os jogos, com o mesmo objetivo a jogar em casa ou fora, e sendo indiferente a equipa adversária;
- Marcar o máximo de golos e sofrer o mínimo;
- Acabar a 1ª fase do Campeonato Distrital de Juniores “B” – 2ª Divisão na Associação de Futebol do Porto, em primeiro lugar da nossa série ou se não for possível acabar o mais em cima da tabela possível que de para passar a próxima fase;
- O objetivo de equipa temos a subida a 1ª Divisão de Juvenis;
- Passar à 2ª fase do Campeonato, e jogar o apuramento do campeão;

#### **Objetivos de Preparação:**

- Melhorar a nível de condição física: Movimentos coordenativos, Velocidade de movimento e muito importante também velocidade de reação, Amplitude de movimentos e desenvolvimento da força dinâmica.
- Melhorar ao nível de condição psíquica: Promover a vontade de vencer, a auto confiança, a vontade de se superar a si próprio, a coesão do atleta com o grupo e também a vontade de treinar e de jogar.
- Melhorar em relação à dominante Tático-técnica: Levar os jogadores a assumirem-se como equipa dentro de campo, possibilitar aperfeiçoamento dos gestos técnicos e de preferência em situações similares às do jogo, promover uma mudança rápida de atitude.

Por fim, iremos jogar o Campeonato Distrital de Juniores B 2ª Divisão, na Associação de Futebol do Porto, com o objetivo primordial da subida à 1ª Divisão de Juniores B da referida Associação de Futebol.

### **2.2.2 Clube Sport Comércio e Salgueiros**

O Sport Comércio e Salgueiros, fundado em 8 de dezembro de 1911, é um clube multidesportivo com sede na freguesia de Paranhos, no Porto. No tempo da "velha senhora", quando o futebol ainda era praticado nas ruas pela miudagem de pé descalço, com bolas de trapos envolvidos por uma meia velha, Portugal estava ainda longe de conhecer a atual modalidade de futebol.

Sob a designação Sport Clube Salgueiros 08 (conhecido como Salgueiros 08), foi fundado no ano de 2008. O surgimento deste novo clube justifica-se pela impossibilidade de em 2004 o Sport Comércio e Salgueiros ter sido impedido de registar jogadores. Em junho de 2015, a comissão administrativa procedeu à alteração do nome deixando cair o “08”, e alteração do logotipo, para um semelhante ao do Salgueiros de 1911.

Em 8 de Dezembro de 2015, por ocasião do 104º aniversário do clube, o Sport Clube Salgueiros anunciou que reconquistou os direitos de usar o antigo nome, Sport Comércio Salgueiros.

Os campos que se utiliza de momento são da Câmara Municipal do Porto, nomeadamente:

1. Campo do Viso
2. Campo de Campanhã
3. Centro Cultural Desportivo do Porto - Sintético

Este é um clube que disponibiliza material como:

- Mini - balizas

- Balizas amovíveis de futebol 7
- Material de treino (varas, coletes, bolas, estacas, barreiras)

Também se preocupa com a formação e disponibiliza a todos os atletas:

- Psicóloga para ajudar em todas as tarefas e para aconselhar sempre que necessário;
- Massagista/fisioterapeuta em todos os treinos.

Por fim é um clube com objetivos bem traçados de evolução na formação para que um dia possam representar a plantel Sénior mas que principalmente se criem uns grandes Homens.

### **2.2.3 Caracterização do Plantel Sub- 17**

Ao longo da época desportiva 2016/2017, o plantel do Sport Comércio Salgueiros sub-17 compreendeu vinte e cinco jogadores do sexo masculino e com idades compreendidas entre os 16 e os 17 anos ( $16,4 \pm 0,5$ ). Destes 25 jogadores, apenas 13 transitaram da época anterior (Quadro 1).

**Quadro 1** | Plantel Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros da época de 2016/2017.

| Estatuto posicional |                   | Pé Preferido | Ano de Nascimento |
|---------------------|-------------------|--------------|-------------------|
| <b>Guarda-redes</b> | Guarda-redes      | Direito      | 2000              |
|                     | Guarda-redes      | Direito      | 2000              |
| <b>Defesas</b>      | Defesa - Lateral  | Direito      | 2000              |
|                     | Defesa - Lateral  | Direito      | 2000              |
|                     | Defesa - Central  | Direito      | 2000              |
|                     | Defesa - Central  | Direito      | 2000              |
|                     | Defesa - Central  | Direito      | 2000              |
|                     | Defesa - Central  | Direito      | 2000              |
|                     | Defesa - Lateral  | Esquerdo     | 2000              |
|                     | Defesa - Lateral  | Esquerdo     | 2000              |
| <b>Médios</b>       | Médio - Defensivo | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Interior  | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Interior  | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Interior  | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Ala       | Esquerdo     | 2000              |
|                     | Médio - Ala       | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Ala       | Esquerdo     | 2000              |
|                     | Médio - Ala       | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Ofensivo  | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Ofensivo  | Direito      | 2000              |
|                     | Médio - Ala       | Direito      | 2000              |
| <b>Avançados</b>    | Avançado          | Direito      | 2000              |
|                     | Avançado          | Direito      | 2000              |
|                     | Avançado          | Direito      | 2000              |
|                     | Avançado          | Direito      | 2000              |

No quadro 2 apresentamos dados relativos ao pé preferido dos atletas em percentagens e os estatutos posicionais, dados importantes para a avaliação realizada.

**Quadro 2** | Dados alusivos ao Plantel Sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros da época de 2016/2017.

| <b>Pé Preferido</b> |           | <b>Estatuto Posicional</b> |      |
|---------------------|-----------|----------------------------|------|
| Pé Esquerdo         | 4 (16 %)  | Defesas                    | 32%  |
| Pé Direito          | 21 (84 %) | Médios                     | 32 % |
|                     |           | Avançados                  | 16 % |

#### **2.2.4 Caracterização da Equipa Técnica**

A equipa técnica foi constituída por quatro treinadores. Um treinador principal, um treinador adjunto, também responsável pela parte de observação e análise do jogo, um treinador adjunto responsável pela área da preparação física e um treinador adjunto responsável pelo treino de guarda-redes. Apesar da especificação da função de cada um, a transversalidade e a interligação de todos os comportamentos no processo de organização do treino levou a que todos os elementos da equipa técnica colaborassem no planeamento, operacionalização e reflexão de todas as tarefas inerentes à construção e organização da época desportiva, promovendo assim uma evolução individual e coletiva.

O treinador principal possui o Grau II – UEFA B, é licenciado em Educação física e Desporto, possui o Mestrado em Desporto para Crianças e Jovens e uma Pós-Graduação em Gestão do Desporto Municipal. É treinador há 16 anos em escalões de formação. A treinadora Adjunta — Ângela Viana — tem o grau 1 – UEFA C de treinadora de Futebol, é licenciada em Ciências do Desporto, e encontra-se a realizar o Mestrado em Treino Desportivo para Crianças e

Jovens na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Já o treinador Adjunto responsável pela dimensão física é licenciado em Ciências do Desporto na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, com Ramo Desportivo em Atletismo.

**Quadro 3** | Equipa técnica dos Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros, época desportiva 2016/2017

| <b>Função</b>                                | <b>Grau de Treinador</b> | <b>Anos como Treinador</b> | <b>Habilitações Académicas</b>   |
|--|--------------------------|----------------------------|--|
| <b>Treinador Principal</b>                   | Grau II                  | 16 anos                    | Licenciado em Educação física e Desporto /Mestrado em Desporto para Crianças e Jovens/ Pós-Graduação em Gestão do Desporto Municipal |
| <b>Treinadora Adjunta</b>                    | Grau I                   | 5 anos                     | Licenciado em Ciências do Desporto – Ramo Treino Desportivo - Futebol  |
| <b>Treinador Adjunto – Preparador Físico</b> | -                        | 1 ano                      | Licenciado em Ciências do Desporto Ramo Treino Desportivo - Atletismo  |
| <b>Treinador Adjunto - Observador</b>        | Grau I                   | 4 anos                     | Licenciado em Ciências do Desporto – Ramo Treino Desportivo - Futebol  |

## **2.3 Contexto de natureza funcional**

A realização do estágio permitiu aprofundar os conhecimentos do processo de treino e acompanhar as suas tendências evolutivas, objetivos inerentes à melhoria e/ou aumento das minhas competências enquanto treinadora de futebol. Assim, com base numa análise constante do trabalho realizado ao longo do estágio, foi evidente o intuito de compreender o porquê de algumas falhas e quebras na prestação desportiva, assim como o de inovar e implementar novas estratégias e objetivos no processo de treino. Importa salientar que, embora não desempenhasse as funções de treinador principal, tive a oportunidade de realizar um trabalho mais sólido como treinadora adjunta, associada a uma constante troca e procura de informações com o treinador principal, em que assumi frequentemente o treino e a necessária superação de dificuldades (e.g. chuva, material, ausência de jogadores). O meu papel foi desempenhado com total à vontade, podendo dar a minha opinião para a formalização/realização de exercícios (juntamente com o treinador principal) para que estes contribuíssem para a evolução e formação dos atletas.

Enquanto treinadora-estagiária, as minhas funções foram:

- Observação da nossa forma de jogar e do nosso modelo de jogo para o que o conseguíssemos colocar em prática;
- Realização de exercícios mais complexos e dirigidos para a parte fundamental do treino, para que os atletas conseguissem cumprir os objetivos;
- Deter-me sobre a etapa de finalização do ataque, sobretudo ao nível dos movimentos ofensivos da equipa;
- Filmagem de quase todos os treinos e jogos.

O estudo que me propus a fazer – análise e treino da finalização do ataque — induziu-me a procurar mais informação, fazendo com que evoluísse e trabalhasse aspetos que nunca tinha trabalhado. Centrei-me num trabalho

específico com os jogadores que mais frequentemente finalizam o ataque, para que observássemos possíveis melhorias em treino e em jogo.



## **2.4 Modelo de Jogo do Sport Comércio Salgueiros**

Partindo da ideia de que o processo de ensino/aprendizagem deve pautar-se pela eficácia, torna-se imprescindível a existência de referenciais que, para além de possibilitarem a definição dos objetivos, orientem a seleção dos meios e métodos mais adequados para os alcançar (Garganta, 1985).

Nesta medida, o processo de ensino do Futebol deve reportar-se a um conjunto de princípios ou ideias (modelos), que expressam os aspetos a que se atribui maior importância e que se pretende ver cumpridos.

A perspetiva do Sport Comércio e Salgueiros é que o desenvolvimento da filosofia futebolística da equipa deve basear-se nos seguintes princípios fundamentais:

- Conseguir o maior número de títulos possíveis.
- Jogar um futebol atrativo.
- Formar jogadores para dar continuidade ao máximo de atletas da equipa nos escalões subsequentes.
- A ideia de equipa é mais importante que um jogador (individualmente).
- Os jogadores têm a obrigação de cumprir e defender a ideia do clube.

Os princípios de jogo constituem um conjunto de normas que orientam o jogador na procura das soluções mais eficazes, nas diferentes situações de jogo, pelo que são também referenciais muito importantes para o ensino e treino do Futebol (Garganta, 2002). Os princípios fundamentais do jogo de Futebol são recusar a inferioridade numérica, evitar a igualdade numérica e criar superioridade numérica (Queiroz, 1983). O êxito do ataque e da defesa exige uma coordenação precisa das ações dos jogadores, segundo princípios gerais e princípios específicos. A diferente interpretação e valorização das várias finalidades, quer do ataque quer da defesa, traduz-se em diferentes tipos de jogo.

Existem, segundo alguns autores e treinadores (Frade, 1985,2006; Ferreira, 2003; Mourinho, 2003; Guilherme Oliveira 2004; Amieiro, 2005), quatro momentos de jogo:

- 1) Transição Ofensiva (após ganhar a bola);
- 2) Organização Ofensiva;
- 3) Transição Defensiva (após perder a bola);
- 4) Organização Defensiva.

A Transição Ofensiva (após ganhar a bola) tem como objetivo mais importante o de aproveitar o adversário ainda desorganizado posicionalmente, para criar o mais rapidamente possibilidades de marcar golo.

A Organização Ofensiva tem como objetivo mais importante o marcar (muitos) golos, criar (muitas) possibilidades de marcar, usar o espaço e o tempo em relação com os companheiros e oponentes, manter sempre o equilíbrio defensivo.

Na situação de Transição Defensiva (após perder a bola) o mais importante é a equipa organizar-se o mais rapidamente possível, para que o adversário não crie possibilidades de marcar golos. Pretende-se não deixar a equipa desequilibrar-se, nem que para isso seja necessário recorrer à falta para ganhar tempo para organizar defensivamente.

Já o momento de Organização Defensiva objetiva evitar situações de golo contra, usar o espaço e o tempo em relação com os companheiros e oponentes.

Os momentos/fases de transições defesa/ataque e ataque/defesa são ricos em variações marcantes na dinâmica do jogo porque induzem desequilíbrios importantes implicando muitas das vezes desorganizações nas equipas em confronto. Vários treinadores de excelência vêm salientando a importância dos momentos de transição (Mourinho, 2003; Queiroz, 2003; Wenger, 2008).

Na medida em que as ações de jogo ocorrem em contextos de elevada variabilidade, imprevisibilidade e aleatoriedade, aos jogadores é requerida uma permanente atitude estratégico-tática (Gréhaigne, 1989; Deleplace, 1994; Garganta, 1994; Mombaerts, 1996). Assim, a seleção do número e qualidade das ações depende obviamente do conhecimento que o jogador tem do jogo. Quer isto dizer que a forma de atuação de um jogador está fortemente condicionada pelos seus modelos de explicação, ou seja, pelo modo como ele concebe e percebe o jogo. São esses modelos que orientam as respetivas decisões, condicionando a organização da percepção, a compreensão das informações e a resposta motora.

A este propósito, Guilherme Oliveira (2003) refere que a ideia de jogo do treinador é um aspeto determinante na organização de uma equipa de Futebol. Se o treinador souber exatamente como quer que a equipa jogue e quais os comportamentos que deseja dos seus jogadores, tanto no plano individual como coletivo, o processo de treino/jogo serão mais facilmente estruturados, organizados, realizados e controlados.

#### **2.4.1 Sistema de Jogo**

No sistema de jogo temos que nos preocupar com a equipa e esta é enquadrada num sistema geral e num sistema específico.

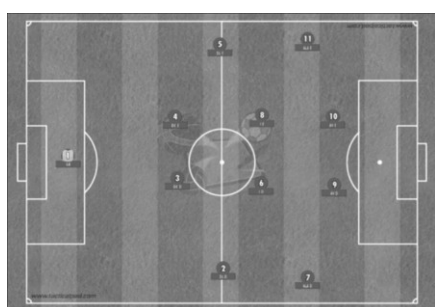
No sistema geral, quando temos a posse de bola é necessário tomar a decisão correta (analisar distâncias entre defesas e avançados e espaços disponíveis) e também fazer com que exista uma alta circulação de bola para perfeita cobertura do terreno de jogo, usando como por exemplo jogo de posições, triângulos, uso da velocidade, formação de muitas linhas, controlo da velocidade de jogo. Na Transição (posse - perda - posse), devemos exercer logo uma pressão sobre a bola, tomar a decisão mais correta e escolher a melhor posição.

No Sistema Especifico está baseado num jogo de posições dinâmico e linhas para uma perfeita cobertura do terreno de jogo em todos os momentos de jogo.

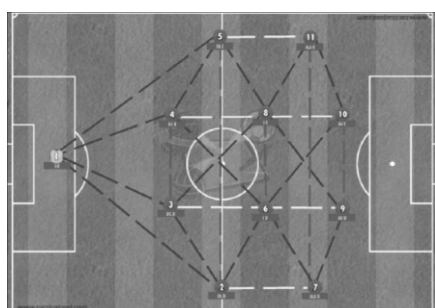
Em posse, os jogadores devem estar sempre em posição de receber a bola (desmarcação), na perda os jogadores devem realizar o seu trabalho defensivo (pressão, coberturas e permutas).

O sistema de jogo adotado é 1-4-4-2 (dinâmico), este no sistema geral, e temos o sistema por linhas: Horizontais, Verticais e Diagonais (ver quadro 4).

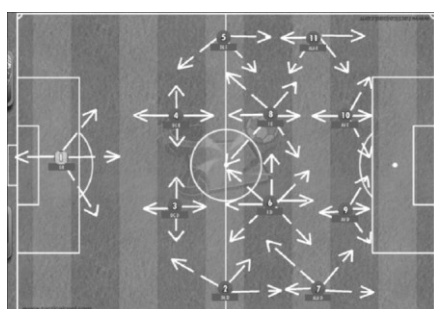
**Quadro 4** | Sistema de jogo utilizado 1-4-4-2 dos sub-17 do Sport Comércio Salgueiros da época de 2016/2017)



Sistema de Jogo: 1-4-4-2







Sistema de jogo por linhas: Verticais, Horizontais e Diagonais



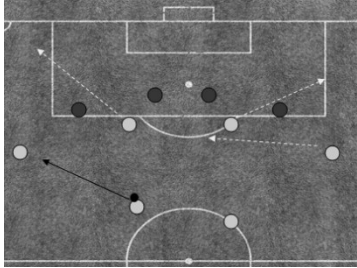
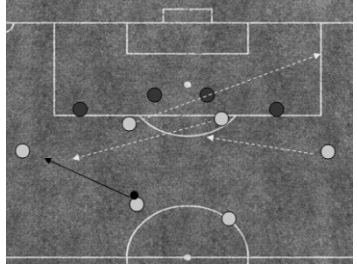
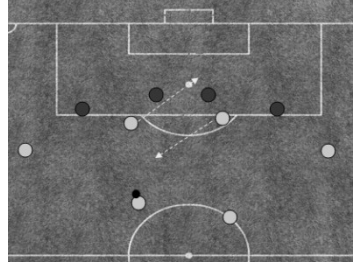
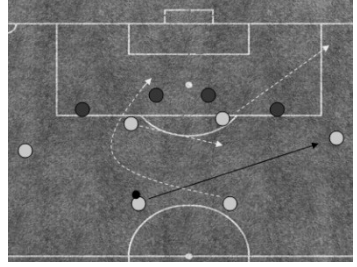
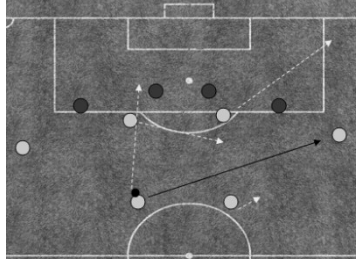
Sistema de Jogo: 1-4-4-2 (Dinâmico)

**Quadro 5** | O sistema 1-4-4-2 dos sub-17 Sport Comércio e Salgueiros na época de 2016/2017 adaptado em outros sistemas.

**Sistema 1-4-4-2 adaptado em outros sistemas**

| Contra 1-4-4-2  | Contra 1-4-1-2-1-2   |
|---|--|
|  |  |
| Contra 1-4-4-1-1 ou 1-4-2-3-1   | Contra 1-4-1-2-3   |
|  |  |

**Dinâmicas atacantes sub-17 Sport Comercio Salgueiros**

|  |  |
|--|--|
| <p>AVC do lado da bola faz diagonal, o ala contrário aparece no espaço do AVC e o AVC contrário a bola faz movimento de afastamento para a ala contrária a bola.</p>                               | <p>AVC contrário a bola faz movimento de aproximação da mesma, o AVC do lado da bola faz diagonal para a ala contrária, e o Ala aparece no espaço interior do AVC.</p>                           |
|   |    |
| <p>AVC contrário a bola faz movimento de aproximação, e o outro faz movimento contrário.</p>   | <p>AVC faz diagonal completa na ala da bola, o outro AVC faz movimento de aproximação no ala da bola, e o interior do lado da bola entra em profundidade a ocupar o espaço deixado pelo AVC.</p> |
|   |    |
| <p>AVC faz diagonal completa na ala da bola, o outro AVC faz movimento de aproximação no ala da bola, e o interior contrário da bola entra em profundidade a ocupar o espaço deixado pelo AVC.</p> |  |
|   |  |

## **2.4.2 Estatuto posicional do jogador no nosso modelo de jogo**

### **Diferenças entre defesas, médios e avançados**

Os defesas e os avançados percorrem aproximadamente a mesma distância em um jogo, mas, menos que os médios, que percorrem distâncias superiores durante um jogo. A literatura (Di Salvo et al., 2007) aponta duas justificações para o facto de os médios correrem mais durante um jogo:

- Uma posição intermediária no terreno de jogo poderá requerer maiores distâncias percorridas;
- Os jogadores seleccionados para jogar a meio-campo serem os jogadores com melhor nível de aptidão física.

Ambas as sugestões são credíveis visto que está provado que os médios possuem, no geral, melhores índices de aptidão física.

O treino de futebol, tal como noutras modalidades, tem como objetivo elevar a capacidade de rendimento do atleta e da equipa. Para que os atletas e a equipa tenham um maior nível de rendimento os treinadores e colaboradores devem recolher o máximo de informações possíveis para poderem racionalizar o seu trabalho e ao mesmo tempo definirem objetivos precisos e realistas.

Planear ou planificar significa descrever e organizar as condições de treino, os objetivos a atingir, os meios e métodos a aplicar, e as fases teoricamente mais importantes e exigentes da época desportiva.

## **2.4.3 Os jogadores finalizadores no nosso sistema**

Os jogadores finalizadores do nosso sistema são aqueles que estão sempre mais perto de obter o golo neste caso os médios-alas, médio-ofensivos, pontas de lança, avançados. Os jogadores mais avançados no terreno, não significa que os jogadores mais recuados no terreno também não façam golos (ver quadro 7).

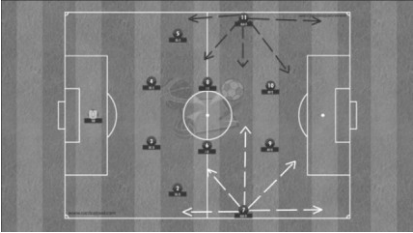
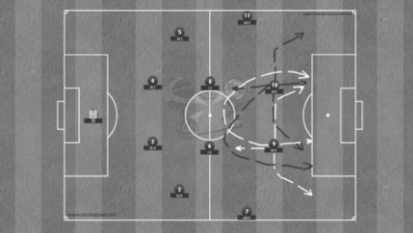
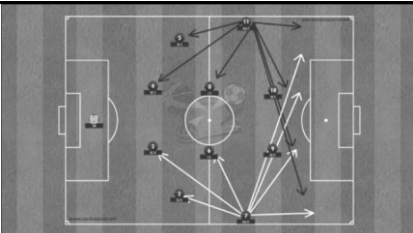
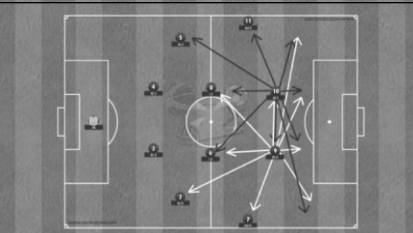
**Quadro 7 | Caracterização dos jogadores finalizadores dos sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros época 2016/2017**

| <b>Estatuto Posicional</b> | <b><u>Médios</u></b>  | <b><u>Avançados</u></b>   |
|----------------------------|---|---|
| <b>Personalidade</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Disciplinado e responsável</li> <li>- Fazer o campo tão grande quanto possível</li> <li>- Guardar a posição</li> <li>- Escolher onde receber a bola</li> <li>- Orientação</li> <li>2 - Vontade de trabalhar para a equipa</li> <li>- No ataque</li> <li>- Na defesa, fechar espaços interiores e evitar passes em profundidade</li> <li>3 - Com confiança</li> <li>- Criar e concretizar ações de golo</li> <li>- Bons passes e cruzamentos para golos</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Mentalidade "Assassina"</li> <li>2 - Com confiança (em si para criar e concretizar ações de golo e nos companheiros e na equipa)</li> <li>3 - Disciplinado e Responsável (fazer o campo tão grande quanto possível)</li> <li>4 - Vontade para trabalhar para a equipa (no ataque e na defesa)</li> </ul>   |
| <b>Qualidades Táticas</b>  | <p><b>Perda</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Orientação</li> <li>2 - Comunicação (com os companheiros e respeito pelo adversário)</li> <li>3 - Perspicácia para fechar os espaços como equipa</li> <li>4 - Habilidade para pressionar e manter posição</li> <li>5 - Recuperar bolas</li> <li>6 - Fases ativas e passivas</li> <li>7 - Em atitude de pensar e executar</li> </ul> <p><b>Em Posse</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Controlo da velocidade (com e sem bola)</li> <li>2 - Jogo de Posições</li> <li>- Sempre em posição de receber a bola, aberto e encarando a baliza</li> <li>- Conceito de largura e profundidade</li> <li>- Relação posicional com o portador da bola</li> <li>3 - Decisão (centro, 1x1 e passe para atrás)</li> <li>4 - Chegar a posições de golo</li> </ul> | <p><b>Perda</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Orientação</li> <li>2 - Comunicação (com os companheiros e respeito pelo adversário)</li> <li>3 - Perspicácia para pressionar como equipa</li> <li>4 - Controlo dos diferentes tipos de pressões (entre-linhas e 1x1)</li> <li>5 - Em atitude de pensar e executar sempre</li> </ul> <p><b>Em Posse</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Controlo da velocidade (com e sem bola)</li> <li>2 - Jogo de Posições</li> <li>- Sem bola:</li> <li>- Sempre em posição de receber bola em apoio,</li> <li>- Em profundidade</li> <li>- Em posição de fazer golo</li> <li>- Com bola:</li> <li>- Escolhe marcar direto</li> <li>- Escolhe marcar através de combinação indireta</li> <li>- Cria ocasiões de golo</li> <li>- Manter posse de bola</li> </ul> |
| <b>Qualidades Técnicas</b> | <p><b>Em Posse</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Uso da velocidade</li> <li>2 - Controlo de bola (primeiro controlo e primeiro toque)</li> <li>3 - Cruzamentos rasos (1º poste ou atrasado) ou pelo ar (2º poste)</li> <li>4 - Drible (por dentro ou por fora para cruzar ou disparar para o golo)</li> <li>5 - Passe (3ª estação, 2ª estação ou 1ª estação)</li> <li>6 - Marcar golos (pelo ar ou pelo chão)</li> </ul> <p><b>Perda</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Técnica de desarme, interceção, carga e Cabeceamento</li> </ul>  | <p><b>Em Posse</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 - Uso da velocidade</li> <li>2 - Controlo de bola</li> <li>- Primeiro controlo</li> <li>- Primeiro toque ao lado, atrás e em profundidade</li> <li>- Conservar a posse de bola</li> <li>- Drible e passe de rotura</li> <li>- Golo (Saída em profundidade)</li> <li>3 - Passe (passe curto e médio atrás, ao lado e em profundidade, com os 2 pés e passe cortado)</li> <li>4 - Drible (para passar e marcar)</li> <li>5 - Marcar</li> <li>- Curta e média distância</li> <li>- Desde os lados, em profundidade ou aptos drible</li> <li>- Pé direito, pé esquerdo e cabeça</li> <li>6 - Jogo de cabeça</li> <li>- Para marcar</li> <li>- Para 2º ou 3º Homem</li> <li>- Para prolongações</li> </ul>   |



**Perda**

1 - Técnica de desarme, intercepção, carga e Cabeceamento

|                           |   |   |
|---------------------------|---|---|
| <b>Qualidades Físicas</b> | 1 - Velocidade de curta, média e longa distância<br>2 - Poder de passe e remate<br>3 - Poder de jogo de cabeça (salto e estatura)<br>4 - Poder em duelo (no ar e no 1x1)<br>5 – Agilidade | 1 - Velocidade de curta, média e longa distância<br>2 - Poder de passe e remate<br>3 - Poder de jogo de cabeça (Salto e estatura)<br>4 - Poder em duelo (no ar e no 1x1)<br>5 – Agilidade |
| <b>Movimentações</b>      |    |   |
| <b>Linhas de Passe</b>    |    |   |

## 2.5 Observação, Análise e Interpretação do jogo e do treino

Garganta (2001) refere que o estudo do jogo a partir da observação do comportamento dos jogadores e das equipas não é recente, sendo o processo de observação e registo cada vez mais imprescindível para as equipas. A procura dos dados da sua equipa e da equipa adversária é cada vez mais um aspeto determinante na procura da otimização de rendimento e dos resultados de uma equipa.

Antigamente era preciso deslocar-se ao campo para observar a equipa e/ou o jogador em questão e tinha que se apontar tudo num caderno ou numa folha, escrito à mão. Agora já existem instrumentos capazes de reunir ao mesmo tempo a informação geral de uma equipa, bem como os dados individuais de um jogador, desde faltas, remates e até distância percorrida em diferentes intensidades.

Quando se utiliza a observação/análise do jogo e do treino pode-se retirar diferentes informações, entre as quais:

- Quem executa a ação?
- Qual (como e de que tipo) é a ação realizada?
- Onde se realiza a ação?
- Quando é realizada a ação?

Os treinadores e respetivas equipas técnicas esforçam-se por desenvolver um trabalho exaustivo de caracterização das suas equipas e respetivos adversários, tendo como objetivo controlar e conhecer o maior número possível de variáveis que possam influenciar o rendimento desportivo (Caixinha, 2004).

Vásquez (2012) refere que na atualidade, conhecer as características do jogo da equipa adversária, através da identificação das regularidades, pontos fortes e pontos fracos que apresenta na sua maneira de atuar, constitui uma preocupação permanente dos treinadores.

Uma das principais causas que podem explicar esta aproximação e exigência competitiva parece ser o maior conhecimento que cada equipa técnica tem sobre a sua própria equipa e sobre os adversários. É através dos processos de observação e análise do jogo que os treinadores têm acesso a todo um rol de informações que lhes permite a caracterização dos aspetos táticos, técnicos e físicos, quer das suas equipas quer dos seus adversários. Com a constante evolução que o futebol tem vindo a sofrer, o tempo que existe para treinar é sempre mais reduzido do que a necessidade que as equipas têm para o fazer, pelo que as equipas técnicas vêm sentindo uma maior necessidade de alargar as suas tarefas para áreas de influência que ultrapassam o treino dos conteúdos táticos propriamente ditos

### **3 Desenvolvimento da Prática**

### **3.1. Importância de um jogador finalizador em Futebol**

A dinâmica do jogo moderno passa, necessariamente, pelo binómio decisão-execução, exigindo do atleta uma rápida perceção tático-técnica e, concomitantemente, solicita do jogador inúmeras operações mentais complexas numa ínfima unidade de tempo (Garganta, 1999). Ou seja, o jogador de Futebol durante o jogo tem que escolher, decidir o que fazer, como e quando fazer, num curtíssimo espaço de tempo (Ponte, 2005). Assim, percebe-se que o “espaço” para decidir e o tempo de decisão são cada vez menores, não existindo tempo para pensar, o “tempo” diminui no inverso da eficácia desejada (Ferreira, 2004), no futebol de hoje não se “pensa”, decide-se, joga-se.

Cada vez mais, dado o grande equilíbrio entre as equipas, os jogos são decididos por um pormenor, por uma jogada, por um gesto, por um golo. E quando se fala em golo, em Futebol, invariavelmente uma palavra vem ao pensamento: o jogador com o estatuto posicional de avançado. Este é, sem dúvida, um dos jogadores referência em todo o processo ofensivo de qualquer equipa de Futebol. É, também, o grande decisor em todo este processo, que tem como objetivo principal a obtenção do golo.

A obtenção do golo, na grande maioria dos casos, é precedida de uma eficiente decisão, então é imprescindível que o avançado, perante todos os constrangimentos inerentes ao envolvimento da situação, seja capaz de perceber as melhores soluções para atingir o objetivo da tarefa, neste caso o golo.

#### **3.2.1 O Avançado e a sua função no jogo**

A organização estrutural de uma equipa de Futebol obedece à necessidade de se distribuírem tarefas e missões táticas de carácter geral e específico, aos diferentes jogadores que a constituem. O Futebol contemporâneo exige do jogador capacidades que permitam defender e atacar quase em simultâneo (Castelo, 2004). O jogador que só ataca ou só defende tem

tendência a desaparecer, a especialização deu lugar à universalidade de funções.

O Futebol exige que o jogador seja capaz de cumprir todas as funções, para além do espaço que habitualmente ocupa no terreno de jogo (Garganta, 1997), o importante, como refere Castelo (1994), é ter ou não ter a bola, ou seja, todos os jogadores são atacantes (quando a equipa tem a posse de bola) e todos são defesas (quando a equipa não tem bola). Mas também, todos estamos de acordo, que é humanamente impossível acometer aos mesmos jogadores todas as atividades operacionais inerentes à equipa. Logo, existem posições/jogadores que requerem uma maior especialização tático-técnica, a qual deriva das tarefas ou missões táticas que cada jogador deve corresponder e, exprimir de forma eficaz aquando da resolução das diferentes situações de jogo (Castelo, 2004). Não se pode exigir que todos os jogadores tenham o mesmo comportamento em todas as situações.

Oliveira (2000) fala do avançado como sendo uma profissão que tem como função marcar golos. Para ele, o Futebol tem nove posições e duas profissões, fazendo alusão ao guarda-redes e ao avançado, devido à especificidade de funções dos mesmos: um evita, o outro tem como missão marcar golos.

No Futebol, avançado é sinónimo de golos, "...um ponta-de-lança vive de golos. A vida de um ponta-de-lança é tentar estar no lugar certo e marcar" (Adriano, 2007). Para Esteves (2003), os avançados são dos maiores responsáveis pelo sucesso ou insucesso das equipas de futebol devido a serem os principais concretizadores de golos. Quem é então este jogador que desempenha um papel primordial no jogo e que tem como função concretizar o objetivo do mesmo – o golo?

- Dão profundidade ao processo ofensivo da equipa, uma vez que são os jogadores que se posicionam mais perto da baliza adversária;

- Atraem os defesas centrais para falsas posições, com o objetivo de facilitar a penetração dos seus colegas explorando o espaço deixado pelos defesas;
- Dominam a ação tático-técnica do remate, em qualquer situação ou posição (pé e cabeça) sendo espontâneos, criativos assumindo a finalização da sua equipa;
- Criam constantemente condições de mobilidade;
- Participam nas ações de circulação da bola nas zonas intermédias, quando a pressão defensiva é elevada em termos de marcação;
- Constituem-se como “alvos” constantes, relativamente às ações dos seus colegas dominando e assegurando a posse de bola sob pressão do adversário;
- Buscam vantagens, dentro e fora da grande área, de contactos físicos permanentes ou circunstanciais com os defesas adversários, procurando dessa forma livres ou grandes penalidades.

### **3.2.2 Características de um jogador finalizador**

Uma das principais características de um jogador ofensivo é a sua capacidade de finalização, ou seja, este devido à sua posição/função em termos ofensivos deve possuir qualidades conclusivas de forma a finalizar as jogadas ofensivas iniciadas pelos companheiros de equipa. Para tal, o AVC tem que dominar a “...ação técnico-tática do remate, em qualquer situação ou posição (pé, cabeça) sendo criativos” (Castelo, 1994:167). Esta ideia é partilhada por diversos autores como Mercier (1973), Kunze (1987), Van Gaal (1999), Catania (2000), todos citados por Esteves (2003). Garganta (1997: 58), referindo-se a um estudo de Starosta, sublinhou a importância do avançado ser ambidestro ao afirmar que “...os rematadores mais bem sucedidos (com maior número de golos) revelam simetria lateral no remate, isto é, utilizaram quer o pé esquerdo quer o pé direito nas ações de finalização”. Bonizzoni e Lealli (1995), Marella e Bacconi (1995), Catania (2000), todos citados por Esteves (2003) citam o jogo aéreo como uma das

qualidades importantes para o avançado, de forma a aumentar a sua perigosidade ofensiva.

Romo (2007: 40) acrescenta que “...os gigantes de área são a solução ofensiva da moda”, sendo os avançados “gigantes” do Futebol mundial os criadores de muitos problemas às defesas adversárias. O seu físico, juntamente com uma boa utilização da técnica e de movimentos táticos, conseguem com que este tipo de futebolistas tenha uma grande relevância e sejam fundamentais em determinadas fases do jogo. Os avançados de grande envergadura garantem às suas equipas uma solução ofensiva direta e muito eficaz com as bolas altas à sua procura (Romo, 2007).

Outra característica que poderá elevar as probidades de sucesso do avançado é a sua capacidade no um contra um (1x1) (Garganta, 1999). No processo ofensivo, uma das funções essencial do avançado é a sua mobilidade de forma a criar espaços, isto é, procurar deslocar os defesas centrais das suas posições habituais, abrindo brechas na estrutura defensiva contrária para permitir a penetração dos colegas em zonas vitais do terreno de jogo, as zonas de finalização (Castelo, 1994). Como refere Valdano (1997), o AVC é um jogador condenado à solidão e à falta de espaço, ele deve “fabricar” esse mesmo espaço, quer para os companheiros, quer para si mesmo. Para nós, o AVC deverá possuir características técnico/táticas apuradas, como ser tecnicamente evoluído, bom no 1x1 e finalizador, deverá ser em termos fisiológicos forte e resistente, e em termos psicológicos e volitivos deve ser um atleta com forte personalidade, com espírito lutador, persistente na procura do golo e principalmente deve ter o “instinto”, o “cheiro”, o “faro” de golo.

Mendes (2007) conclui que quando se fala em Avançados, não interessa muito se ele é alto, baixo, rápido ou lento, o que conta mesmo são os golos que ele marca ou deixa de marcar, porque o Avançado vive de golos

### **3.2.3 O jogador finalizador e o golo**

A competência no Futebol varia consoante os resultados. As virtudes e os defeitos, a dicotomia nos estados de alma são diretamente proporcionais ao rendimento objetivo. E se no caso do coletivo a análise do rendimento é simplificada pelos três resultados possíveis (vitória, empate e derrota), já no plano individual e, sobretudo, na posição de Avançado, esse rendimento é simplesmente o golo. Eles têm uma função coincidente nas equipas, marcar golos (Oliveira, 2000; Francisco, 2007; Raposo, 2007; Adriano, 2007). Em todas as análises há, como é evidente, um elemento puro e duro, o dos golos que se fazem ou não fazem e, se ele não marca "...depressa é esquecido, e de idolatrado, o goleador, porque não marca, entra na fase do pesadelo" (Alves, 2007:13), sente-se abalado, desanimado (Santos, 2007a). Estar sem marcar é a angústia de um Avançado, mina a sua confiança e a baliza vai mingando à medida que os jogos passam e o golo não aparece (Cartaxana, 2007). Sair da fase sem golos, para o Avançado, é porventura, um dos maiores desafios dos que têm por obrigação marcar e colocar o povo ao seu lado e não contra si (Alves, 2007).



### **3.2. Importância de um jogador finalizador em Futsal**

Classificado como um jogo desportivo coletivo, o Futsal é uma modalidade de oposição/cooperação em que um conjunto de jogadores, em cooperação, lutam para alcançar o seu objetivo ao mesmo tempo em que os adversários, em oposição, tentam impedir que isso aconteça. Nesta modalidade, a forma como os jogadores interagem, intencionalmente ou subconscientemente com os outros no espaço e tempo, foi sugerido como suporte para altos níveis de performance (Corrêa, Alegre, Freudenheim, Dos Santos & Tani, 2012; Travassos, Araújo, Davids, Vilar, Esteves, & Correia, 2012).

Apesar de não ser uma derivação do futebol, o Futsal e o Futebol possuem imensas semelhanças, desde logo a presença da bola (objeto de jogo) e o mesmo objetivo. Ambas as modalidades caracterizam-se pela utilização das mesmas componentes corporais e ações motoras para a prática da modalidade, sendo que os membros inferiores são as estruturas mais utilizadas e, conseqüentemente, as mais visadas.

#### **3.2.1. O futsal e a sua História**

O futsal é um jogo disputado entre duas equipas com 5 jogadores, 1 guarda-redes e 4 jogadores de campo. Cada equipa pode ter 7 substitutos, 6 jogadores de campo e 1 guarda-redes, sem qualquer limite no número de substituições a realizar durante um jogo oficial. O campo de jogo pode variar entre os 38 m e 42 m no seu comprimento, enquanto a largura entre os 18 m e os 25 m, com balizas de 2 m de altura e 3 m de largura. O jogo é disputado em 40 minutos com duas partes de 20 minutos cada, o cronómetro para cada vez que a bola sai do terreno de jogo, quando é assinalada falta, prestada assistência médica, é realizada limpeza do campo, etc. Ou seja a contagem de tempo é interrompida sempre que o jogo é interrompido. Isto significa que cada partida tem uma duração total que excede em 75% a 85% os 40 minutos inicialmente atribuídos ao jogo (Barbero-Alvarez et al., 2007). Cada equipa tem direito a um desconto de tempo por parte, tendo o intervalo a

duração de 10 minutos.

O futsal é um jogo desportivo coletivo caracterizado como intermitente e de alta intensidade, com uma alta exigência física, técnica e tática (Barbero-Alvarez et al., 2007; Goriostiaga et al., 2009, Dogramaci et al., 2010). Sendo as dimensões do campo reduzidas, os jogadores durante o jogo atingem picos de atividade muito intensa, com intervalos de recuperação muito reduzidos que não são suficientes para uma recuperação total (Tessitore et al., 2008). Devido ao número ilimitado de substituições, a intensidade e o ritmo de jogo são muito elevados, mantendo-se ao longo do jogo (Barbero-Alvarez et al., 2007). Os jogadores realizam constantes mudanças de direção, a cada 3.28 s, sendo que 26% da distância percorrida no jogo é efetuada a alta intensidade (Castagna et al. 2009). A literatura refere também um aumento das exigências do jogo na última década, fundamentada com a evolução tática ofensiva e defensiva (Barbero-Alvarez et al., 2007).

### **3.2.2. Posições e funções no futsal**

Ao formar uma equipa de futsal visando o trabalho de uma época, o treinador deve se preocupar não só em preencher as posições em quadra ou deficiências da equipa, mas também em atribuir funções de acordo com as habilidades/qualidades de cada um dos atletas a sua disposição.

As funções a serem desempenhadas pelos atletas depende do esquema tático adotado pela equipa, além de nem sempre corresponder às posições em quadra. As funções a serem desempenhadas e as características do jogador para cada funções são as seguintes: Fixo, Alas e Pivô.

#### **3.2.2.1. Pivô**

Este é o responsável pela distribuição das jogadas e, quando solicitado, exerce as ações de finalização e de abrir espaços na área adversária para a penetração de seus companheiros. A sua característica básica é saber jogar de costas para a baliza.

O técnico de futsal não deve se ater a estas conceituações, na hora de atribuir as funções em quadra. Muitas vezes um jogador apesar de jogar numa determinada posição, exerce como maior eficiência uma função em quadra que aparentemente não seria a sua, podemos citar o exemplo de um ala ser o marcador ao invés do fixo, que seria a escolha natural. Ou um dos alas exercer a função de finalizador da equipe ao invés do pivô, que no caso em estudo rende mais como armador das jogadas da equipe.

A função de passador geralmente é exercida por um dos alas ou pelo fixo, quando este é detentor de um bom passe de média e longa distância, além de bom nível de habilidade.

O trabalho de atribuição de funções é mais usual em equipes cujos jogadores não são experientes, pouco experientes ou se tem pouco tempo para treinos táticos antes da competição alvo da temporada. A atribuição de funções não exime os jogadores de executar (e bem) qualquer uma das funções descritas anteriormente, mesmo que esta não seja a que lhe foi atribuída pelo técnico. Para que qualquer um da equipa possa desempenhar as funções de outro jogador em quadra o trabalho em treino dos fundamentos do futsal (passe, drible, condução, remate etc.) é primordial, mesmo para aqueles jogadores mais experientes da equipa. Este treino parece fácil, mas quando é realizado muitas vezes o número de erros na sua execução são tantos, que muitos poderão achar tratar-se de um jogador qualquer amador.

### **3.3. Análise comparativa dos jogadores finalizadores em Futebol e em Futsal Sub-17**

#### **3.3.1. Objetivos**

Quando se assiste a um treino ou a um jogo de Futebol, quando a equipa em posse de bola se encontra em ataque posicional, as intervenções dos treinadores direcionadas para os jogadores ofensivos mostram que pretendem que estes se posicionem na zona próxima da baliza adversária, mantendo um raio de ação curto e limitado à zona central. No entanto, apesar de ser essa a zona prioritária para um finalizador, importa que a sua participação em ações de circulação de bola se faça também em zonas intermédias quando o jogador ofensivo (JO) se encontra sujeito a marcações rigorosas (Castelo, 2004). Assim, este autor (2004), referindo-se às dinâmicas dos JO no processo ofensivo, refere que estas devem criar frequentemente condições de mobilidade para conduzir os defesas a saírem das suas posições de base, facilitando assim a ocupação desses espaços pelos colegas atacantes e simplificando a criação de situações de finalização.

Outras questões que estão na génese deste estudo prendem-se diretamente com o interesse em perceber: i) a função e os comportamentos pretendidos pelo treinadores das equipas em estudo para os jogadores finalizadores (JF) nos vários momentos do jogo; ii) a função do JF e a sua importância na dinâmica ofensiva da equipa em estudo; iii) os comportamentos do JF quando tem a bola em sua posse; iv) os comportamentos do JF quando quer fazer o golo; e v) investigar se os comportamentos do JF de futebol para a obtenção do golo pode ser diferente do JF de futsal.

Definiram-se os seguintes objetivos:

- Verificar se existem diferenças na obtenção do golo entre os jogadores das modalidades de Futsal e de Futebol em competição;
  - Indagar as relações entre os indicadores de avaliação no futebol e no futsal;
- Analisar duas modalidades diferentes em treino (futsal e futebol).

### **3.3.2. Participantes**

Registaram-se os comportamentos dos jogadores finalizadores em situações de treino, mas principalmente em jogo com a obtenção de golo.

Recorreu-se aos golos marcados pelos oito jogadores ofensivos pertencentes à equipa sub-17 do Sport Comércio Salgueiros em jogos oficiais na 1ª fase de competição (n=54 golos), e aos cinco jogadores elegidos do Plantel de sub-17 do Póvoa Futsal Clube (n=30) na época de 2016/2017 em jogos oficiais.

Os critérios de escolha foram:

- Serem do plantel desde o início da época 2016/17.
- Serem jogadores finalizadores.
- Terem pelo menos 75% de presenças nos treinos.
- Terem sido convocados para 70 % dos jogos oficiais.
- Terem marcado golos a favor.

**Quadro 8 |** Participantes sub-17 do Sport Comércio e Salgueiros e do Póvoa Futsal Clube na época desportiva de 2016/2017

| Clube                     | Participante | Posição | Pé Preferido | Ano de nascimento | Minutos em Jogos Oficiais | Golos em jogo | Golos estudados | Nº Jogos realizados |
|---------------------------|--------------|---------|--------------|-------------------|---------------------------|---------------|-----------------|---------------------|
| Sport Comércio Salgueiros | SCS1         | AVC     | Direito      | 2000              | 1049 ´                    | 13            | 9               | 15                  |
|                           | SCS 2        | AVC     | Direito      | 2000              | 675 ´                     | 11            | 8               | 14                  |
|                           | SCS 3        | MO      | Direito      | 2000              | 262 ´                     | 6             | 6               | 8                   |
|                           | SCS 4        | AVC     | Direito      | 2000              | 1023 ´                    | 20            | 8               | 16                  |
|                           | SCS 5        | MA      | Direito      | 2000              | 780 ´                     | 3             | 3               | 13                  |
|                           | SCS 6        | MD      | Direito      | 2000              | 1077 ´                    | 8             | 6               | 18                  |
|                           | SCS 7        | MA      | Esquerdo     | 2000              | 1168 ´                    | 8             | 7               | 20                  |
|                           | SCS 8        | MO      | Direito      | 2000              | 229 ´                     | 6             | 4               | 7                   |
| Póvoa Futsal Clube        | PFC 1        | Pivô    | Esquerdo     | 2000              | *                         | 21            | 11              | 29                  |
|                           | PFC 2        | Pivô    | Direito      | 2000              | *                         | 22            | 5               | 30                  |
|                           | PFC 3        | Pivô    | Direito      | 2000              | *                         | 16            | 7               | 34                  |
|                           | PFC 4        | Ala     | Esquerdo     | 2000              | *                         | 12            | 2               | 30                  |
|                           | PFC 5        | Ala     | Esquerdo     | 2000              | *                         | 11            | 5               | 34                  |

Legenda: AVC – avançado; MO – médio ofensivo; MD – médio defensivo; MA – médio ala

\*Não tenho os minutos oficiais dos atletas do Póvoa Futsal Clube devido a ser uma modalidade que não tem limites de substituições e fica difícil fazer a contagem dos atletas.

### 3.3.3. Métodos

A presente investigação, apesar de não pretender quebrar as ligações naturais existentes entre os jogadores que compõem a equipa em estudo, centra-se diretamente nas ações dos jogadores ofensivos que, dependendo do sistema tático utilizado pela equipa, podem ser um ou dois em simultâneo. Pretende-se aferir a importância e a influência de algumas variáveis, na tentativa de encontrar soluções e estratégias para melhorar o desempenho dos jogadores e das equipas, contribuindo assim para a modelação dos comportamentos a adotar pelos jogadores finalizadores e, por consequência, para a otimização do treino para determinadas circunstâncias do jogo.

Sendo este um trabalho realizado no âmbito de um estágio profissionalizante, torna-se viável alargar as tarefas que havíamos definido inicialmente como prioritárias, tentando assim abranger outro tipo de variáveis que possam, de alguma forma, complementar o estudo, contribuindo assim para o nosso desenvolvimento profissional. Assim, apresentam-se de seguida as diferentes fases do trabalho:

- Observação, registo, descrição e análise dos comportamentos dos jogadores ofensivos em fase ofensiva;
- Análise e descrição dos comportamentos e as ações dos jogadores ofensivos escolhidos, quando conseguem o objetivo principal do jogo – Golo;
- Adquirir competências a partir da observação e análise dos golos em vídeo.

Deste modo, a ideia principal passou por através do estudo de diferentes indicadores, nomeadamente os comportamentos em jogo dos jogadores ofensivos, sua relação com a equipa, e a visão dos principais intervenientes em todo este processo, tentar inferir acerca de estratégias mais eficazes para otimizar o processo de treino e, conseqüentemente, melhorar o desempenho em jogo dos jogadores e da equipa. Pretende-se, assim, avaliar diversos golos de modalidades diferentes (Futsal e Futebol) para avaliar vários indicadores no remate e assim ajudar a alcançar o objetivo principal do jogo: o golo.

O registo dos dados realizou-se através de observações presenciais nos jogos e dos treinos. Recorreu-se, também, às imagens vídeo dos treinos e principalmente dos jogos, para fazer a análise de todos os jogadores em avaliação.

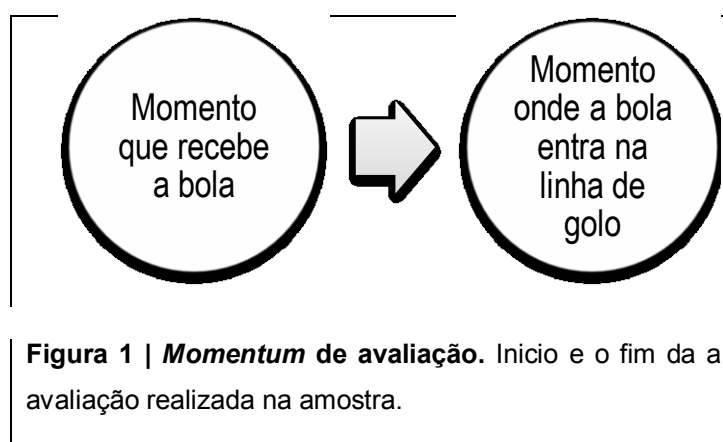
### 3.3.3.1. Momentos de Avaliação

**Quadro 9** | Momentos de avaliação (microciclo) dos participantes do Sport Comércio e Salgueiros e do Póvoa Futsal Clube

| Microciclo |                          |        |                          |        |   |         |
|------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------|---|---------|
| Segunda    | Terça                    | Quarta | Quinta                   | Sexta  | Sábado  | Domingo |
| TREINO     | TREINO                   |        | TREINO                   | TREINO |   | JOGO    |
|            | Exercício de finalização | FOLGA  | Exercício de finalização |        | <b><u>Jogo Oficial</u></b><br>Momento de avaliação através de vídeo |         |
|            |                          |        | Jogo em treino           |        |   |         |

### 3.3.3.2. Período de avaliação através dos indicadores

A avaliação dos indicadores foi feita desde que o jogador recebe a bola até que a bola entra na baliza (Figura 1). Utilizou-se o instrumento de observação (adaptado de OSMOS – soccer player) (Castañer, M., Barreira, D., Camerino, O., Anguera, M. T., Fernandes, T., & Hílano, R., 2017).





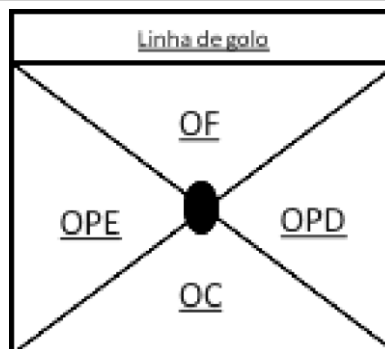
### 3.3.3.3. Indicadores de Avaliação

**Quadro 10** | Instrumento de observação (adaptado de OSMOS – soccer player) (Castañer, M., Barreira, D., Camerino, O., Anguera, M. T., Fernandes, T., & Hilenos, R., 2017)

| <b>CrITÉRIOS</b>      | <b>Categoria</b>          | <b>Abreviatura</b> | <b>Descrição</b>  |
|-----------------------|---------------------------|--------------------|---|
| Parte do corpo        | Pé Direito                | PD                 | Jogador tocou na bola com o pé direito                  |
|                       | Pé esquerdo               | PE                 | Jogador tocou na bola com o pé esquerdo                 |
|                       | Perna Direita             | PRD                | Jogador tocou na bola com a perna direita               |
|                       | Perna Esquerda            | PRE                | Jogador tocou na bola com a perna esquerda              |
|                       | Peito                     | P                  | Jogador tocou na bola com o peito                       |
|                       | Cabeça                    | C                  | Jogador tocou na bola com a cabeça                      |
|                       | Costas                    | CO                 | Jogador tocou na bola com as costas                     |
| Locomoção             | Frente                    | RF                 | Recebeu a bola e dirigiu-se para a frente               |
|                       | Trás                      | RT                 | Recebeu a bola e dirigiu-se para trás                   |
|                       | Rodou para a esquerda     | RRE                | Recebeu a bola e rodou para a esquerda                  |
|                       | Rodou para a direita      | RRD                | Recebeu a bola e rodou para a direita                   |
| Orientação do corpo   | Costas                    | OC                 | Jogador de costas para a linha de golo                  |
|                       | Frente                    | OF                 | Jogador de frente para a linha de golo                  |
|                       | Perna direita mais perto  | OPD                | Jogador com perna direita mais perto da linha de golo   |
|                       | Perna esquerda mais perto | OPE                | Jogador com perna esquerda mais perto da linha de golo  |
| Número de adversários | Zero                      | 0                  | Jogador tem zero jogador a sua volta                    |
|                       | Um                        | 1                  | Jogador tem um jogador a sua volta                      |
|                       | Dois                      | 2                  | Jogador tem dois jogadores a sua volta                  |
|                       | Três                      | 3                  | Jogador tem três jogadores a sua volta                  |
|                       | Quatro                    | 4                  | Jogador tem quatro jogadores a sua volta                |
|                       | Mais                      | +                  | Jogador tem mais de quatro jogadores a sua volta        |
| Ação                  | Condução                  | AC                 | Jogador conduziu a bola                                 |
|                       | Finta                     | AF                 | Jogador fez uma finta com a bola                        |
|                       | Rotação                   | ARO                | Jogador fez uma rotação com a bola                      |
|                       | Remate                    | ARE                | Jogador rematou a bola                                  |
| Zona da baliza        | Canto superior esquerdo   | CSE                | A bola entra na baliza no canto superior esquerdo       |
|                       | Centro superior           | CS                 | A bola entra na baliza no centro superior               |
|                       | Canto superior direito    | CSD                | A bola entra na baliza no canto superior direito        |
|                       | Canto inferior esquerdo   | CIE                | A bola entra na baliza no canto inferior esquerdo       |
|                       | Centro inferior           | CI                 | A bola entra na baliza no centro inferior               |
| Zonas em campo        | Canto inferior direito    | CID                | A bola entra na baliza no canto inferior direito        |
|                       | Zona Ultra-Ofensiva 2     | ZUO2               | O jogador esta posicionado na Zona Ultra-Ofensiva 2     |
|                       | Zona Ultra-Ofensiva 1     | ZUO1               | O jogador esta posicionado na Zona Ultra-Ofensiva 1     |
|                       | Zona Ofensiva             | ZO                 | O jogador esta posicionado na Zona Ofensiva             |
| Corredores em campo   | Zona Central              | ZC                 | O jogador esta posicionado na Zona Central              |
|                       | Corredor Esquerdo         | CE                 | O jogador esta posicionado no Corredor Esquerdo         |
|                       | Corredor Central Esquerdo | CCE                | O jogador esta posicionado no Corredor Central Esquerdo |
|                       | Corredor Central Direito  | CCD                | O jogador esta posicionado no Corredor Central Direito  |
| Toques na bola        | Corredor Direito          | CD                 | O jogador esta posicionado no Corredor Direito          |
|                       | Um                        | 1                  | O jogador deu um toque na bola.                         |
|                       | Dois                      | 2                  | O jogador deu dois toques na bola                       |
|                       | Três                      | 3                  | O jogador deu três toques na bola                       |
|                       | Quatro                    | 4                  | O jogador deu quatro toques na bola                     |

|     |    |     |
|-----|----|-----|
| CSE | CS | CSD |
| CIE | CI | CID |

**Figura 2 | Zonas de baliza.** CSE (Canto superior esquerdo), CS (Centro superior), CSD (Canto superior direito), CIE (Canto inferior esquerdo), CI (Centro inferior).



**Figura 3 | Orientação do corpo, o ponto no meio representa ao corpo do jogador.** OF (orientação do corpo de frente), OC (orientação do corpo de costas), OPE (orientação do corpo perna esquerda mais perto da linha de golo), OPD (orientação do corpo perna direita mais perto da linha de golo)

|   |     |     |    |     |   |   |   |   |   |  |
|---|-----|-----|----|-----|---|---|---|---|---|--|
| <table><tr><td>0</td><td>0</td><td>0</td></tr><tr><td>0</td><td>0</td><td>0</td></tr></table> |     |     |    | 0   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  |
| 0   | 0   | 0   |    |     |   |   |   |   |   |  |
| 0   | 0   | 0   |    |     |   |   |   |   |   |  |
| 1   | 2   | 3   | 4  | ZUO |   |   |   |   |   |  |
| 5   | 6   | 7   | 8  | ZUO |   |   |   |   |   |  |
| 9   | 10  | 11  | 12 | ZO  |   |   |   |   |   |  |
| 13  | 14  | 15  | 16 | ZC  |   |   |   |   |   |  |
| CE  | CCE | CCD | CD |     |   |   |   |   |   |  |

**Figura 4 | Campograma (adaptado de OSMOS – soccer player - Castañer, Barreira, Camerino, Anguera, Fernandes, & Hileño, R., 2017)** CE (corredor esquerdo), CCE (corredor central esquerdo), CCD (corredor central direito), CD (corredor direito), ZUO2 (zona ultra ofensiva 2), ZUO1 (zona ultra ofensiva 1), ZO (zona ofensiva), ZC (zona central).

### 3.3.4. Procedimentos

Efetuaram-se com os atletas no futebol de 11 exercícios focados em quatro variantes, e foram executados exercícios com essas mesmas variantes todas as 44 semanas de avaliação (ver quadro 11,12,13 e 14).

As variantes foram:

- Finalização através de combinações
- Finalização através de rotação
- Finalização através de condução
- Finalização seguido de cruzamento

Os exercícios foram realizados e supervisionados pela autora do estudo. Tiveram como objetivo central promover a evolução dos jogadores a nível ofensivo, e que conseguissem finalizar mais vezes e principalmente executar cada vez melhor o gesto técnico. No futsal, a autora do trabalho teve uma intervenção através de supervisão, não interferindo nos *feedbacks* que eram dados, apenas observando e tirando notas dos exercícios propostos (ver quadro 15).

**Quadro 11** | Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio  
Salgueiros época 2016/2017 relacionados com finalização através de combinações.

### Finalização através de combinações

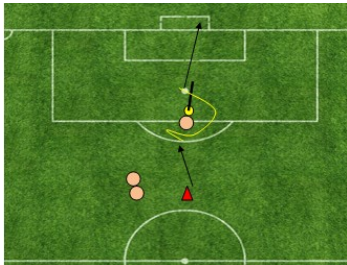
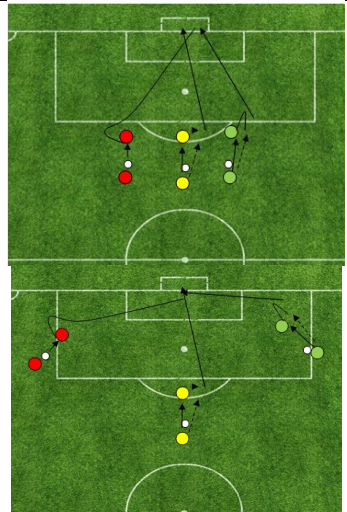
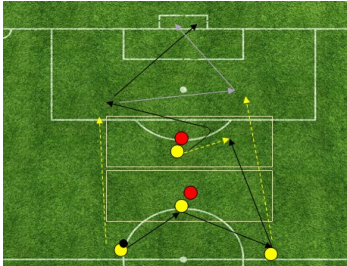
| Descrição do Exercício<br>Variantes / Condicionantes   | Objetivos Específicos<br>Critérios de Êxito  | Organização Visual - Desenho  |
|--|--|---|
| <p><u>Duas combinações Simples – 1XGR</u></p> <p>Jogador da bola em outro para tabelar entre as estacas 2 vezes e de seguida faz remate de primeira.</p> <p><b>Variante:</b> Receber orientado e só depois remate.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Tabelas</li> <li>- Colocação/ Potência</li> <li>- Boa colocação do corpo e do pé de apoio</li> <li>- Rematar bem com um pé e com o outro</li> <li>- Marcar golo</li> </ul>   |    |
| <p><u>Combinação - 3xGR</u></p> <p>Jogador amarelo da bola ao jogador azul que combina com o vermelho e sai em profundidade, o vermelho tabela com o amarelo novamente e este coloca em profundidade no azul que vai cruzar a bola na área. Jogador amarelo e vermelho vão finalizar, cruzando os seus posicionamentos.</p> <p><b>Variante 1:</b> Cruzamento rasteiro e meia altura</p> <p><b>Variante 2:</b> O primeiro passe ser do mister e o jogador ter de fazer uma rotação para onde quer colocar a bola.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Tabelas</li> <li>- Cruzamento</li> <li>- Trocas posicionais</li> <li>- Remate com os 2 pés e de cabeça</li> <li>- Posicionamento para atacar a bola</li> <li>- Rotação com bola</li> <li>- Marcar golo</li> </ul>          |   |
| <p><u>Combinação - 3xGR</u></p> <p>Jogador vermelho coloca bola no azul, e faz um movimento de aproximação, tal como o amarelo faz, o jogador azul coloca bola no amarelo e sai, este tabela com o vermelho e sai em velocidade para a baliza o jogador vermelho decide em que jogador ira colocar bola.</p> <p><b>Variante 2:</b> O primeiro passe ser do mister e o jogador ter de fazer uma rotação para onde quer colocar a bola.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Colocação/ Potência</li> <li>- Tabelas</li> <li>- Remate com os 2 pés;</li> <li>- Posicionamento para atacar a bola</li> <li>- Receção da bola em velocidade</li> <li>- Rotação com bola</li> <li>- Marcar golo</li> </ul> |  |
| <p><u>Combinação - 4x2+GR</u></p> <p>Sai 2 jogadores com a posse de bola, e tem mais 2 jogadores em zonas diferentes para fazerem umas combinações, mas estes tem defesas passivos a dificultar a receção/rotação da bola.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Colocação/ Potência</li> <li>- Tabelas</li> <li>- Remate com os 2 pés;</li> <li>- Receção da bola em velocidade</li> <li>- Rotação do lado de jogo</li> <li>- Rotação com bola</li> <li>- Marcar golo</li> </ul>           |  |

#### Objetivos:

- Melhorar a capacidade de finalização;
- Melhorar o jogo combinativo entre os jogadores mais ofensivos;
- Melhorar a capacidade de rematar de fora da grande área;
- Melhorar a capacidade de rematar com um ou outro pé.

**Quadro 12** | Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros época 2016/2017 relacionados com finalização através de rotação.

### Finalização através de rotação

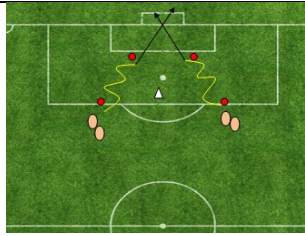
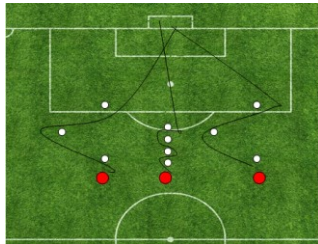
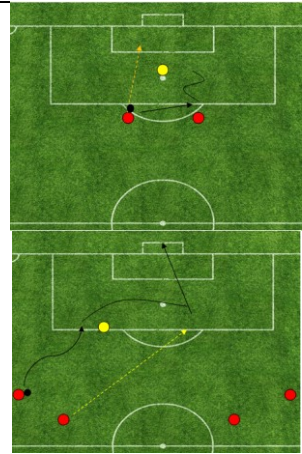
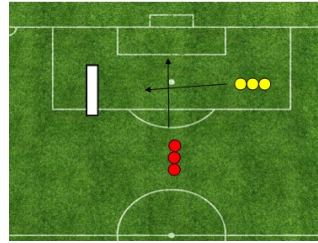
| Descrição do Exercício<br>Variantes / Condicionantes  | Objetivos Específicos<br>Critérios de Êxito   | Organização Visual - Desenho  |
|---|---|---|
| <p><u>Rotação simples - 1xGR</u></p> <p>Um dos jogadores efetua o passe este tem de receber orientado realizando uma rotação do corpo para conseguir rematar na baliza.</p> <p><b>Variantes 1</b> - Colocar zonas para finalizar na baliza.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rotação para lado direito e lado esquerdo</li> <li>- Receção orientada</li> <li>- Colocação/ Potência</li> <li>- Boa colocação do corpo e do pé de apoio</li> <li>- Rematar bem com um pé e com o outro</li> <li>- Marcar golo</li> </ul>  |    |
| <p><u>Rotação - 1xGR</u></p> <p>Duplas a realizar rotações rápidas e curtas. Posicionamento em frente a baliza e depois rotações feitas nas alas.</p> <p><b>Variantes 1</b> – Rotação simples para os dois lados.</p> <p><b>Variante 2</b> – Rotação com bola no ar, sem deixar cair realizar o remate.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rotação para lado direito e lado esquerdo</li> <li>- Receção orientada</li> <li>- Colocação/ Potência</li> <li>- Boa colocação do corpo e do pé de apoio</li> <li>- Rematar bem com um pé e com o outro</li> <li>- Remate bola no ar</li> <li>- Rotação sem deixar cair bola seguido de remate</li> <li>- Remate cruzado</li> <li>- Marcar golo</li> </ul> |   |
| <p><u>Combinação - 4x2+GR</u></p> <p>Sai 2 jogadores com a posse de bola, e tem mais 2 jogadores em zonas diferentes para fazerem umas combinações, mas estes tem defesas a dificultar a receção/rotação da bola.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Colocação/ Potência</li> <li>- Tabela</li> <li>- Remate com os 2 pés</li> <li>- Receção da bola em velocidade</li> <li>- Rotação do lado de jogo</li> <li>- Rotação com bola</li> <li>- Marcar golo</li> </ul>  |  |

#### Objetivos:

- Melhorar a capacidade de finalização;
- Melhorar a capacidade de rematar de fora da grande área;
- Melhorar a capacidade de rematar com um ou outro pé.
- Melhorar a capacidade de rodar com a bola controlada;
- Aumentar a velocidade do movimento de rotação com a bola.

**Quadro 13** | Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio Salgueiros época 2016/2017 relacionados com finalização através de condução.

### Finalização através de Condução

| Descrição do Exercício<br>Variantes / Condicionantes   | Objetivos Específicos<br>Critérios de Êxito   | Organização Visual - Desenho  |
|--|---|---|
| <p><u>Condução simples – 1xGR</u></p> <p>Conduz de um sinalizador ate ao outro e remata.</p>   | <p>Condução</p> <p>Colocação/ Potência</p> <p>Boa colocação do corpo e do pé de apoio</p> <p>Rematar bem com um pé e com o outro</p> <p>Marcar golo</p>   |    |
| <p><u>Condução – 1xGR</u></p> <p>Condução de bola com algumas mudanças de direção. Remate colocando a bola para a ala e colocando a bola para o corredor central.</p> <p>Roda sempre de posições, e depois muda os sinalizadores para trabalhar o outro pé.</p>  | <p>- Agilidade</p> <p>- Mudanças de direção com bola</p> <p>- Condução</p> <p>- Colocação/ Potência</p> <p>- Boa colocação do corpo e do pé de apoio</p> <p>- Rematar bem com um pé e com o outro</p> <p>- Marcar golo</p>                      |    |
| <p><u>Condução – 2x1</u></p> <p>Jogador conduz bola para atrair o adversário e ele decide se tem espaço para rematar se parte para a finta ou se da bola ao colega do lado. Quem faz o remate vai buscar bola e o colega defende a próxima dupla.</p> <p><b>Variante:</b> Fazer o mesmo mas a partir das alas.</p> | <p>- Condução</p> <p>- Colocação/ Potência</p> <p>- Boa colocação do corpo e do pé de apoio</p> <p>- Rematar bem com um pé e com o outro</p> <p>- Contornar adversário</p> <p>- Decisão de quando dar a bola ao colega</p> <p>- Marcar golo</p> |  |
| <p><u>Condução – 1x1</u></p> <p>Condução e remate rápido com um adversário a defender a baliza. Apos remate tem de posicionar-se para defender a outra baliza</p>  | <p>- Condução</p> <p>- Colocação/ Potência</p> <p>- Rematar bem com um pé e com o outro</p> <p>- Contornar adversário</p> <p>- Finta</p> <p>- 1x1</p> <p>- Marcar golo.</p>   |  |

#### Objetivos:

- Melhorar condução próxima do pé - conduzir para criar linha de passe
- Melhorar a capacidade de finalização;
- Melhorar a capacidade de rematar em velocidade com bola perto do pé;
- Melhorar a capacidade de rematar com um ou outro pé.



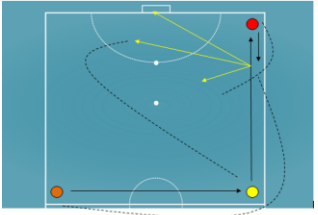

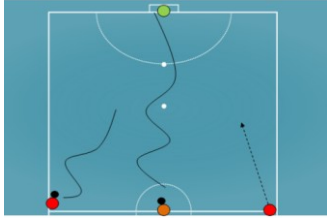

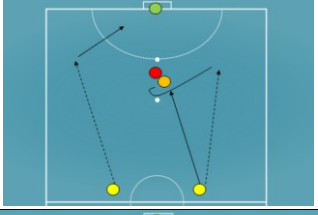

**Quadro 14** | Exercícios de finalização realizados em treino nos Sub-17 do Sport Comércio  
Salgueiros época 2016/2017 relacionados com finalização através de cruzamento.

### Finalização seguido de Cruzamento

| Descrição do Exercício<br>Variantes / Condicionantes  | Objetivos Específicos<br>Critérios de Êxito   | Organização Visual - Desenho  |
|---|---|---|
| <p><u>2x0 combinações e cruzamento</u></p> <p>Um dos jogadores tem bola e o outro não. Um entra em trabalho de agilidade na escada, quando sai da escada faz uma tabela com o que vem em condução de bola, e que vinha em condução continua em condução depois da receção e efetua o cruzamento para o jogador que saiu da escada.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Tabelas</li> <li>- Cruzamento</li> <li>- Trocas posicionais</li> <li>- Remate com os 2 pés e de cabeça</li> <li>- Posicionamento para atacar a bola</li> <li>- Rotação com bola</li> <li>- Marcar golo</li> </ul>                       |    |
| <p><u>Cruzamento - 3xGR</u></p> <p>Jogador amarelo da bola ao jogador azul que combina com o vermelho e sai em profundidade, o vermelho tabela com o amarelo novamente e este coloca em profundidade no azul que vai cruzar a bola na área. Jogador amarelo e vermelho vão finalizar, cruzando os seus posicionamentos.</p> <p><b>Variante 1:</b> Cruzamento rasteiro e meia altura.</p> <p><b>Variante 2:</b> O primeiro passe ser do mister e o jogador ter de fazer uma rotação para onde quer colocar a bola.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Tabelas</li> <li>- Cruzamento</li> <li>- Trocas posicionais</li> <li>- Remate com os 2 pés e de cabeça</li> <li>- Posicionamento para atacar a bola</li> <li>- Rotação com bola</li> <li>- Marcar golo</li> </ul>                       |   |
| <p><u>Cruzamento - 3xGR</u></p> <p>Jogador escolhe o lado onde quer colocar a bola, este tem de colocar com passe tenso e rasteiro no outro jogador e fazer um movimento de afastamento para a ala, o jogador que tem bola faz tabela simples com o que está por detrás este coloca em profundidade para quem lá está cruzar, os restantes vão atacar a bola na área, porque vai sair cruzamento.</p> <p><b>Variante 1:</b> Cruzamento rasteiro e depois a meia altura</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passes tensos e rasteiros</li> <li>- Tabelas</li> <li>- Cruzamento</li> <li>- Remate com os 2 pés e de cabeça</li> <li>- Posicionamento para atacar a bola</li> <li>- Poder de decisão para atacar a bola</li> <li>- Leitura de jogo aéreo</li> <li>- Marcar golo</li> </ul> |  |
| <p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Melhorar o jogo aéreo/cabeça;</li> <li>- Melhorar a capacidade de cruzamento;</li> <li>- Melhorar a leitura e o posicionamento em bolas a meia altura;</li> <li>- Melhorar a capacidade de finalização;</li> <li>- Melhorar a capacidade de rematar com um ou outro pé.</li> </ul>  |   |   |

**Quadro 15** | Exercícios de finalização realizados em treino da Equipa de juvenis Sub-17 do Póvoa Futsal Clube na época 2016/2017

### Exercícios de finalização no Futsal

| Descrição do Exercício<br>Variantes / Condicionantes  | Objetivos Específicos<br>Critérios de Êxito  | Organização Visual - Desenho  |
|---|--|---|
| <u>Paralela 3x0</u><br>O jogador laranja da bola no amarelo, este da bola no vermelho. O vermelho apenas pisa e devolve ao laranja que fez um movimento na paralela e este decide em quem quer dar a bola ou se remata. | Movimento de aproximação<br>Remate<br>Over-lap<br>Pisar bem a bola<br>Temporização<br>Paralela                                   |    |
| <u>Finalização 1xGR</u><br>Laranja da bola no vermelho e faz uma quebra, logo de seguida remata a bola que o amarelo esta a pisar. E fica no lugar deste depois de rematar.   | Remate com ambos os pés<br>Temporização da bola<br>Colocação da bola<br>Passe tenso<br>Quebra bem executada                      |    |
| <u>Finalização 1x0 e 2x1</u><br>Laranja sai em condução e tenta finalizar, mal finaliza fica a defender. Os vermelhos mal ele finaliza saiem com bola e tentam finalizar 2x1+GR.  | Superioridade numérica<br>Inferioridade numérica<br>Remate isolada<br>Finta<br>2º poste bem definido<br>Atrair jogador<br>Remate |   |
| <u>Finalização 1xGR</u><br>Laranja sai com bola e pisa para o vermelho de costas e sai em sprint para nos 10 m mais ou menos e o vermelho passa-lhe a bola e este temporiza ate o vermelho chegar para rematar.         | Remate com ambos os pés<br>Temporização da bola<br>Colocação da bola<br>Passe tenso  |  |
| <u>Finalização com rotação do pivô – 3x1</u><br>Um dos alas da bola no pivô este recebe orientada e coloca novamente num dos alas para estes finalizarem.   | Rotação orientada do pivô<br>Passe para um dos alas<br>Remate com os dois pés  |  |
| <u>Finalização com rotação do pivô – 2x1</u><br>Jogador amarelo da bola no pivô este recebe orientada e remata.   | Rotação orientada do pivô<br>Remate com os dois pés<br>Receção orientada   |  |

#### Objetivos:

Melhorar finalização 1x0;  
Melhorar o ataque ao 2º poste;  
Melhorar o remate com ambos os pés;  
Melhorar a capacidade de finalização;  
Rotação do pivô;  
Melhorar as receções orientadas.



### 3.3.5. Resultados

O presente documento teve como objetivos: (i) Verificar se existem diferenças na obtenção do golo entre os jogadores das modalidades de Futsal e de Futebol em competição; (ii) Indagar as relações entre os indicadores de avaliação no futebol e no futsal; (iii) Analisar duas modalidades diferentes em treino (futsal e futebol).

Para tal recorremos a uma tabela de indicadores de avaliação em que analisamos, em ambos os clubes, os seguintes critérios:

1. Receção de Bola;
2. Finalização;
3. Locomoção após receção da bola;
4. Orientação do corpo quando recebe bola;
5. Orientação do corpo quando remata bola;
6. Número de Adversários em volta no momento de remate;
7. Ação depois de receber bola;
8. Número de toques na bola
9. Zona de baliza onde entra a bola;
10. Zona no campo onde remata bola;
11. Zona no campo onde recebe bola;

**Quadro 16** | Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a receção de bola e a finalização.

|                        | Póvoa F.C. |       |       |     |    |      | S.C. Salgueiros |       |       |      |   |      |
|------------------------|------------|-------|-------|-----|----|------|-----------------|-------|-------|------|---|------|
|                        | PD         | PE    | PRD   | PRE | P  | C    | PD              | PE    | PRD   | PRE  | P | C    |
| <b>Receção de Bola</b> |            |       |       |     |    |      |                 |       |       |      |   |      |
| Contagem               | 5          | 7     | 2     | 0   | 0  | -    | 18              | 14    | 1     | 1    | - | -    |
| % Clube                | 35,7%      | 50%   | 14,3% | 0%  | 0% |      | 51,4%           | 40%   | 2,9%  | 2,9% | - | -    |
| % Receção de bola      | 21,7%      | 33,3% | 66,7% | 0%  | 0% |      | 78,3%           | 66,7% | 33,3% | 100% |   |      |
| <b>Finalização</b>     |            |       |       |     |    |      |                 |       |       |      |   |      |
| Contagem               | 21         | 7     | 1     |     |    | 4    | 37              | 13    |       |      |   | 4    |
| % Clube                | 70%        | 23,3% | 3,3%  | -   | -  | 7,4% | 68,5%           | 24,1% | -     | -    | - | 7,4% |
| % Finalização          | 36,2%      | 35%   | 100%  |     |    | 80%  | 63,8%           | 65%   |       |      |   | 20%  |

Legenda: PD – Pé direito; PE- Pé esquerda; P - Peito; PRD – Perna Direita; PRE – Perna Esquerda; C - Cabeça

**Quadro 17** – Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a orientação do corpo quando remata e quando recebe bola.

|  | Póvoa F.C. |       |       |       | S.C. Salgueiros |       |       |       |
|--|------------|-------|-------|-------|-----------------|-------|-------|-------|
|  | OC         | OF    | OPD   | OPE   | OC              | OF    | OPD   | OPE   |
| <b><u>Orientação do corpo na receção</u></b> |            |       |       |       |                 |       |       |       |
| Contagem                                     | 2          | 6     | 2     | 4     | 2               | 17    | 11    | 5     |
| % Clube                                      | 14,3%      | 42,9% | 14,3% | 28,6% | 5,7%            | 48,6% | 31,4% | 14,3% |
| % Orientação do corpo na receção             | 50%        | 26,1% | 15,4% | 44,4% | 50%             | 73,9% | 84,6% | 55,6% |
| <b><u>Orientação do corpo no remate</u></b>  |            |       |       |       |                 |       |       |       |
| Contagem                                     | 1          | 19    | 7     | 3     | 0               | 41    | 7     | 6     |
| % Clube                                      | 3,3%       | 63,3% | 23,3% | 10%   | 0%              | 75,9% | 13%   | 11,1% |
| % Orientação do corpo no remate              | 100%       | 31,7% | 50%   | 33,3% | 0%              | 68,3% | 50%   | 66,7% |

**Legenda:** OC - Orientação de costas; OF – Orientação de frente; OPD – Orientação perna direita mais perto da linha de gol; OPE – Orientação perna esquerda mais perto da linha de gol;

**Quadro 18** – Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com o número de adversários e o número de toques na bola.

|                              | Póvoa F.C. |       |       |       |       | S.C. Salgueiros |       |       |       |       |
|------------------------------|------------|-------|-------|-------|-------|-----------------|-------|-------|-------|-------|
|                              | 0          | 1     | 2     | 3     | 4     | 0               | 1     | 2     | 3     | 4     |
| <b><u>Nº Adversários</u></b> |            |       |       |       |       |                 |       |       |       |       |
| Contagem                     | 4          | 7     | 10    | 9     | 0     | 21              | 14    | 14    | 4     | 1     |
| % Clube                      | 13,3%      | 23,3% | 33,3% | 30%   | 0%    | 38,9%           | 25,9% | 25,9% | 7,4%  | 1,9%  |
| % Nº Adversários             | 16%        | 33,3% | 41,7  | 69,2% | 0%    | 84,0%           | 66,7% | 58,3% | 30,8% | 100%  |
| <b><u>Nº Toques</u></b>      |            |       |       |       |       |                 |       |       |       |       |
| Contagem                     |            | 16    | 8     | 4     | 2     |                 | 19    | 17    | 13    | 5     |
| % Clube                      | -          | 53,3% | 26,7% | 13,3% | 6,7%  | -               | 35,2% | 31,5% | 24,1% | 9,3%  |
| % Nº Toques                  |            | 45,7% | 32%   | 23,5% | 28,6% |                 | 54,3% | 68%   | 76,5% | 71,4% |

**Quadro 19** – Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a locomoção após receção de bola.

|  | Póvoa F.C. |    |       |     | S.C. Salgueiros |    |       |       |
|--|------------|----|-------|-----|-----------------|----|-------|-------|
|  | RF         | RT | RRE   | RRD | RF              | RT | RRE   | RRD   |
| <b><u>Locomoção após receção de bola</u></b> |            |    |       |     |                 |    |       |       |
| Contagem                                     | 10         |    | 2     | 2   | 21              |    | 8     | 6     |
| % Clube                                      | 71,4%      | -  | 14,3% | 1   | 60%             | -  | 22,9% | 17,1% |
| % Locomoção após receção de bola             | 32,3%      |    | 20%   | 25% | 67,7%           |    | 80%   | 75%   |

**Legenda:** RF – Recebeu para frente; RT – Recebeu para direita; RRE – Recebeu rodou esquerda; RRD – Recebeu rodou direita

**Quadro 20** – Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com a ação após recepção de bola.

|  | Póvoa F.C. |       |       |       | S.C. Salgueiros |       |       |       |
|--|------------|-------|-------|-------|-----------------|-------|-------|-------|
|  | AC         | AF    | ARO   | ARE   | AC              | AF    | ARO   | ARE   |
| <b><u>Ação após recepção de bola</u></b> |            |       |       |       |                 |       |       |       |
| Contagem                                 | 1          | 5     | 2     | 6     | 11              | 5     | 4     | 15    |
| % Clube                                  | 7,1%       | 35,7% | 14,3% | 42,9% | 31,4%           | 14,3% | 11,4% | 42,9% |
| % Ação após recepção de bola             | 8,3%       | 50%   | 33,3% | 28,6% | 91,7%           | 50%   | 66,7% | 71,4% |

**Legenda:** AC – Ação de Conduzir; AF – Ação de fintar; ARO – Ação rotação; ARE – Ação de remate

**Quadro 21** – Análise estatística descritiva dos indicadores de avaliação por clube.

| Estatística Descritiva |                  |    |       |               |        |        |
|------------------------|------------------|----|-------|---------------|--------|--------|
| Clube                  |                  | N  | Média | Desvio Padrão | Mínimo | Máximo |
| Póvoa Futsal Clube     | Recepção_bola    | 14 | 1,79  | ,699          | 1      | 3      |
|                        | Finalização      | 30 | 1,47  | 1,008         | 1      | 6      |
|                        | Ap_Rec_Bola      | 14 | 1,71  | 1,204         | 1      | 4      |
|                        | OC_Rec_Bola      | 14 | 2,57  | 1,089         | 1      | 4      |
|                        | OC_Rema_Bola     | 30 | 2,40  | ,724          | 1      | 4      |
|                        | NºAdversários    | 30 | 1,80  | 1,031         | 0      | 3      |
|                        | Ação_Apo_Receber | 14 | 2,93  | 1,072         | 1      | 4      |
|                        | Zona_Baliza      | 30 | 4,17  | 1,763         | 1      | 6      |
|                        | NºToques         | 30 | 1,73  | ,944          | 1      | 4      |
|                        | Clube            | 30 | ,00   | ,000          | 0      | 0      |
| SCSalgueiros           | Recepção_bola    | 35 | 1,66  | ,906          | 1      | 5      |
|                        | Finalização      | 54 | 1,61  | 1,323         | 1      | 6      |
|                        | Ap_Rec_Bola      | 35 | 1,97  | 1,248         | 1      | 4      |
|                        | OC_Rec_Bola      | 35 | 2,54  | ,817          | 1      | 4      |
|                        | OC_Rema_Bola     | 54 | 2,35  | ,677          | 2      | 4      |
|                        | NºAdversários    | 54 | 1,07  | 1,061         | 0      | 4      |
|                        | Ação_Apo_Receber | 35 | 2,66  | 1,327         | 1      | 4      |
|                        | Zona_Baliza      | 54 | 4,13  | 1,672         | 1      | 6      |
|                        | NºToques         | 54 | 2,07  | ,988          | 1      | 4      |
|                        | Clube            | 54 | 1,00  | ,000          | 1      | 1      |

**Quadro 22** | Análise estatística e cruzamento de tabelas do clube com Zona de baliza, Zona onde recebe a bola e Zona onde remata a bola.

|                     | SUB-17 Salgueiros |     |     |    |                  | SUB-17 Póvoa Futsal |     |     |    |                  |
|---------------------|-------------------|-----|-----|----|------------------|---------------------|-----|-----|----|------------------|
| Zona da baliza      |                   |     |     |    |                  |                     |     |     |    |                  |
| Zona recebe a bola: | 0%                | 0%  | 3%  | 0% | ZUO <sub>2</sub> | 0%                  | 0%  | 15% | 0% | ZUO <sub>2</sub> |
|                     | 0%                | 11% | 23% | 3% | ZUO <sub>1</sub> | 0%                  | 0%  | 0%  | 8% | ZUO <sub>1</sub> |
|                     | 0%                | 20% | 31% | 3% | ZO               | 15%                 | 23% | 8%  | 8% | ZO               |
|                     | 0%                | 0%  | 3%  | 0% | ZC               | 0%                  | 8%  | 15% | 0% | ZC               |
|                     | CE                | CCE | CCD | CD |                  | CE                  | CCE | CCD | CD |                  |
| Zona remata a bola: | 0%                | 11% | 22% | 0% | ZUO <sub>2</sub> | 0%                  | 13% | 23% | 0% | ZUO <sub>2</sub> |
|                     | 0%                | 19% | 30% | 0% | ZUO <sub>1</sub> | 3%                  | 17% | 3%  | 3% | ZUO <sub>1</sub> |
|                     | 0%                | 6%  | 9%  | 2% | ZO               | 10%                 | 10% | 7%  | 0% | ZO               |
|                     | 0%                | 0%  | 2%  | 0% | ZC               | 0%                  | 0%  | 7%  | 3% | ZC               |
|                     | CE                | CCE | CCD | CD |                  | CE                  | CCE | CCD | CD |                  |

Como podemos observar no quadro em cima (ver quadro 22), as zonas mais escuras são as zonas onde foram mais frequentadas.

### **3.3.6. Discussão**

Com o presente trabalho objetivou-se investigar se existiriam diferenças entre modalidades (futebol e futsal), no gesto técnico do remate quando é obtido o golo.

No critério de finalização e de receção de bola (ver quadro 16), ambos finalizaram mais com os pés, é de destacar que houve muito pouca finalização de cabeça, apesar de ter havido mais no futebol. Também de frisar que o número maior receções no futsal é de pé esquerdo (devido a termos muitos atletas com o pé esquerdo como pé preferido), e no futebol foi com o pé direito. Já no remate ambos remataram mais com o pé direito.

Em relação a orientação do corpo (ver quadro 17) perante a linha de golo quando recebe e quando remata a bola, em ambos os clubes, futsal e futebol, o mais usual quando remata a bola ou quando recebe é o jogador estar de frente para a linha de golo,

Relativamente a locomoção após a receção de bola (ver quadro 19), ambos os clubes deslocaram-se mais para a frente, é interessante porque não houve nenhum caso em que o deslocamento foi realizado para trás após a receção da bola.

Quanto o número de adversários (ver quadro 18), que o atleta tinha em volta quando remata a bola. As percentagens mais altas em adversários para o futsal, é sempre 2 ou 3 adversários, 33% e 30%, respetivamente. Já no futebol o mais usual é o golo sem adversários a volta, equivale a 49%.

No número de toques (ver quadro 18) que foram efetuados desde receção até a bola entrar na linha de bolo, apenas ficamos com um dado importante em que no futsal, 53% dos golos foram executados de primeira, o que já era de esperar. No futebol o remate de primeira também é o mais usual mas com uma percentagem mais baixa e mais dividida com os 2 e 3 toques na bola.

Na ação que é executada depois de receber bola (ver quadro 20), ambos os clubes com 43% executaram o remate. E uma observação interessante que no

futsal depois do remate temos mais usual a finta, significa que os atletas partiram mais para a finta, e que no futebol os atletas optaram para a condução de bola.

No desempenho da entrada da bola na linha de baliza (ver quadro 22), em que as zonas da baliza estão delineadas em 6 zonas, onde a bola entrou mais para as duas modalidades foi no canto inferior direito, podemos observar também que no futsal os golos estão mais distribuídos por toda a baliza, o local onde entrou menos bolas foi no centro superior. No futebol houve mais golos pelo chão e onde entrou menos bolas foi no canto superior esquerdo.

Relativamente as zonas do campo onde recebem e onde rematam a bola, no futsal podemos observar que em ambos os casos esta mais distribuído por mais zonas do campo o que é normal visto que o campo é mais pequeno. Um ponto interessante também é que a receção de bola já é um pouco mais a frente, em zonas mais ofensivas, no futebol do que no futsal. No futsal corresponde a 23% de receções em zonas mais ofensivas e no futebol corresponde a 40%. No remate reparamos que no futsal existe muitos mais remates dos corredores do que no futebol, 19% para o futsal e 2% para o futebol.

## **4. Desenvolvimento Profissional**

O estágio pode ser definido como um ensaio devidamente estruturado ao nível formativo e que permite aos alunos preparem-se para o mercado de trabalho (Caires e Almeida, 2000). De entre vários objetivos, o estágio permite aplicar na prática o que foi adquirido do ponto de vista teórico, ampliar esses mesmos conhecimentos através das aprendizagens que a prática proporciona, reconhecer a realidade de uma prática profissional.

A tarefa fundamental do presente estágio assentou na observação dos comportamentos coletivos e individuais da equipa Sub-17 masculina do S.C. Salgueiros e também da equipa de Sub-17 masculina de Futsal do Póvoa FC na época de 2016/2017, em contextos de jogo e de treino. Deste modo, o objetivo principal consistiu em perceber se os comportamentos ofensivos de ambas as equipas, neste caso mais específico o golo, existiria ou não diferenças em diferentes indicadores que foram abordados ao longo do relatório.

Após ter concluído o estágio e realizado uma reflexão crítica acerca de todo o processo, a primeira conclusão retirada é que, neste momento, mais do que me sentir uma melhor treinadora, sinto-me uma treinadora mais bem preparada para lidar com as diversas adversidades com as quais uma treinadora de futebol é confrontada.

Por outro lado, ao falarmos do treino na formação desportiva de crianças e jovens, estamos a abordar um processo provido de grande complexidade, devido essencialmente à variabilidade de idades dos atletas e por se encontrarem em diferentes períodos de crescimento e desenvolvimento, que se traduz em diferentes níveis de maturação biológica e psicológica (Bota & Colibaba-Evulet, 2001; Weineck, 2004).

Neste sentido, entendo que existem pontos importantes na operacionalização do processo de treino, pontos que fomos mencionando ao longo do relatório de estágio.

O primeiro ponto refere-se à criação de um Modelo de Jogo. Para isso o treinador tem que conhecer a modalidade em si e as suas especificidades, para



que depois consiga de forma coerente definir os princípios/comportamentos que quer que a sua equipa tenha nos diferentes momentos do jogo, tal como o papel que os jogadores têm que ter nessas mesmas situações (Oliveira, 2004; Lopez, 2007).

O segundo ponto refere-se ao modo como a equipa técnica transmite esses princípios/comportamentos do Modelo de Jogo aos jogadores. Para que informação seja percebida e assimilada de forma correta, esta tem que ser transmitida de forma coerente e consistente com a realidade vivenciada. Ou seja, o treinador para que no futuro consiga ter uma equipa à imagem do Modelo de Jogo por si idealizado terá que agir na ocasião certa, assim como corrigir, evidenciar e promover os comportamentos desejados (Lopez, 2007).

Para além das competências que a prática possibilita, foi pretensão esclarecer algumas dúvidas, entre as quais: de que forma eram organizados os treinos; quem estava envolvido no processo de treino; que tipo de exercícios são realizados e em função de quê; de que forma são controlados esses exercícios; como são trabalhados os momentos de jogo em treino.

Como tal, na tentativa de se alcançarem algumas respostas foram realizadas algumas tarefas inerentes à temática da observação e análise do jogo. Mais concretamente, procedeu-se a análises dos treinos e dos jogos durante quarenta e quatro semanas.

Para enquadrar as observações foi criada uma tabela de referência comportando categorias, as quais foram desdobradas em diversos indicadores. A informação obtida a partir da observação foi complementada com exercícios relacionados com finalização, todos estruturados para serem utilizados em treino.

No final desta etapa, ficou-se com a sensação de que foram realmente desenvolvidas algumas competências, não só do ponto de vista profissional e académico, mas também em termos pessoais. Através da realização do presente estágio, foi possível destacar:

- A importância da observação – a informação proveniente da análise da própria equipa pode ser também considerada essencial, ainda mais, se a esses dados foram adicionados e comparados dados provenientes da ação de outros jogadores em modalidades diferentes em contexto de treino e em situação de jogo;
- A influência do Modelo de Jogo – não apenas para o treino e para o jogo, mas também para quem realiza observações da própria equipa;
- A relevância de observar a própria equipa – apesar de não ser usual no clube em questão a observação da própria equipa, percebeu-se que esta, para além de outro tipo de observação, permite proceder a ajustamentos, a pequenas alterações, que se mantenham subordinados principalmente a parte do jogo ofensivo e também da questão do golo (o gesto técnico para o concretizar);
- A adequação do tipo de observação – admite-se que o método misto, o qual engloba a observação direta (ao vivo) e a observação indireta (através de vídeo), é o mais fiável e rentável;
- O ser treinadora e não treinador – apesar de no início ter um pouco de receio do que poderia encontrar com o facto de ser um escalão em que eles já estão num estado de maturação elevado e com uma idade já na adolescência/adulto espera mais dificuldades para a concretização do treino e posteriormente na marcação de uma posição enquanto treinadora e não treinador. Ainda há muita discriminação no facto de ser uma Treinadora e não um Treinador no futebol. Sente-se alguma dificuldade para me impor perante uma equipa, e este ano e nesta época desportiva, talvez devido a idade/escalão em questão, não senti dificuldade nenhuma em concretizar os exercícios executados por mim, até via imensa curiosidade em saber sempre mais e em aprender/trabalhar para melhorar a cada dia;
- Os pais no contexto de treino/jogo – este é um ponto importantíssimo no mundo da formação desportiva, e no futebol não fica atrás, visto que toda a população tem algo a dizer sobre este assunto. Mas devido ao escalão e idade avançada dos atletas o facto de eles já irem para o

treino sozinhos trás alguma tranquilidade para nos treinadores devido a eles estarem mais focados no treino e não tanto na bancada mas também responsabilidade aos atletas porque já dependem deles próprios para virem para o treino, e não vem apenas porque o Pai/Mãe os foram buscar para irem para o treino;

Para conclusão, este ano foi bastante enriquecedor em termos de pratica profissional, devido a ter permitido que estivesse em campo a vivenciar toda a envolvimento do futebol de formação. Esta pratica contribuiu para o meu crescimento, não só a nível profissional, mas também como pessoal. Este estagio fez com que eu crescesse também na modalidade através de conhecimentos, aprendizagens e dificuldades.

## **5. Referências**

Almeida, B. D. R. (2009). Escudo da relação entre Força, Equilíbrio e Propriocepção em Jogadores de Futsal. Dissertação de Licenciatura Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Baptista, I. A. M. V. (2015). As especificidades do treino de Futebol: análise comparativa de duas equipas seniores de géneros diferentes, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Barbosa, D. R. (2014). Configuração espacial de interação no momento da recuperação da posse de bola em Futebol: Estudo de caso realizado com o recurso ao sistema Amisco®. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Castañer M, B. D., Camerino O, Anguera MT, Canton A and Hileno R (2016). "Goal Scoring in Soccer: A Polar Coordinate Analysis of Motor Skills Used by Lionel Messi." Psychol. 7:806. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00806.

Castelo, J. (1994). Futebol: modelo técnico-tático do jogo. Lisboa: FMH Edições.

Conceição, M. d. S. M. d. (2013). A Relevância da Tomada de Decisão na Formação de Jovens Futebolistas, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Daniel Barreira, J. G., João Prudente, Maria Teresa Anguera. Desenvolvimento e validação de um sistema de observação aplicado à fase ofensiva em Futebol: SoccerEye.

Daniel Barreira, J. G., Julen Castellano, João Machado y M. Teresa Anguera (2014). "How elite-level soccer dynamics has evolved over the last three decades? Input from generalizability theory."

Ferraz, J. M. L. F. (2014). Perceções acerca do comportamento do Ponta-de-Lança e sua relação com a finalização: Estudo de caso da equipa sénior do Futebol Clube Penafiel na época 2013/14, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Garganda, J., e Oliveira, J. (1997). Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.). Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos (pp. 7 - 23). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Garganda, J., e Oliveira, J. (1997). Modelação da Dimensão Tática do Jogo de Futebol. In J. Oliveira e F. Tavares (Eds.). Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Garganta, J. (1994). Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In O ensino dos jogos desportivos: 11-25. A. Graça & J. Oliveira (Eds.). Centro de Estudos dos Jogos Desportivos. FCDEF-UP.

Garganta, J. (1997). Modelação tática do Futebol. Estudo da organização ofensiva de equipas de alto nível de rendimento. Dissertação de doutoramento (não publicada). Porto, FCDEF-UP.

Garganta, J. (2001). Conocimiento y acción en el fútbol. Tender un puente entre la táctica y la técnica. Revista de Entrenamiento Deportivo, XV (1): 15-23.

Garganta, J. (2002). Competências no ensino e treino de Jovens futebolistas Revista digital – buenos aires – ano 8 – nº 45 Fevereiro 2002.

Garganta, J. (2002). Competências no ensino e treino de jovens futebolistas. Revista Digital – Buenos Aires – Ano 8 – nº 45.

Garganta, J. (2004). *Atrás do palco. Nas oficinas do Futebol*. Porto, Campo das Letras Editores.

Garganta, J. P., J. (1994). O ensino do futebol. In *O ensino dos jogos desportivos*: 97-137. A. Graça & J. Oliveira (Eds.). Centro de Estudos dos Jogos Desportivos. FCDEF-UP.

Inara Marques, F. Z. c., Ernani Xavier filho, Maria teresa cattuzzo, Luciano basso. *Tempo de reação de escolha de jogadores juvenis de Futebol de campo e Futsal.*, campus universitário — londrina — Pr.

Lima, T. (2000). *Saber treinar, aprende-se!* Lisboa, Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Lobo, L. (2007). *O planeta do Futebol*. Prime Books.

Machado, J. C. (2012). *Padrões táticos em Futebol de alto rendimento. Análise de sequências ofensivas no Campeonato do Mundo 2010*, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Marques, A. (2002). "Conceito Geral de Treino de Jovens – Aspetos Filosóficos e Doutrinários da Atividade do Treinador." *Treino Desportivo*, III, 65-70.

Mendes, Â. M. R. d. A. (2009). *O Perfil do Treinador de Futebol de Formação. Estudo da perceção de treinadores acerca das características de excelência*. Porto, ciatura apresentada à

Moreira, O. (2009). *Decisão tático-técnica no Futebol: Estudo comparativo da capacidade de decisão em ações ofensivas de ponta-de-lança de diferentes níveis competitivos.*, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Oliveira, G. F. V. (2012). *O Ensino da Tomada de Decisão no Jovem Futebolista. Estudo de Caso nas Escolas de Futebol "Geração Benfica"*, FADEUP.

Pacheco, M. F. S. d. S. (2013). *Análise da Performance no Futsal – A influência das linhas de pressão do adversário*. Covilhã, UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR.

Pinto, J. (1997). *A Tática no Futebol: Abordagem Conceptual e Implicações na Formação*. n j. Oliveira e F. Tavares (Eds.). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos* (pp. 51 - 62), Centro Estudos dos Jogos Desportivos. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade do Porto.

Rodrigues, H. J. N. R. (2009). *Análise às Sequências Ofensivas Resultantes em Golo no Euro 2008 de Futebol. Estudo comparativo entre Seleções com níveis de sucesso distintos*. Porto, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Silva, J. M. G. d. (1997). *Modelação tática do jogo de Futebol*, Universidade do Porto Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física.

Teixeira, J. (2009). *Ensino e Aprendizagem do Jogo nas Escolas de Futebol. Em busca de um entendimento*. Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

Teixeira, N. (2001). "Quase 150 mil federados no Futebol Português. Relvado." Consult. 19 junho 2013, Disponível em <http://relvado.sapo.pt/diversos/quase-150-mil-federados-no-futebol-portugues-221801>.

Zabala, G. E. P. (2015). *O Papel do Treinador de Futebol Profissional no Desenvolvimento Positivo dos seus Atletas: Um Estudo Exploratório*. Porto, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

# Anexos

## Anexo 1 | Microciclo Padrão do Sport Comércio Salgueiros

|   | Microciclo Padrão   |   |          |   |   |        |         |
|---|---|---|----------|---|---|--------|---------|
| Dia da Semana                           | 2ª Feira  | 3ª Feira                                  | 4ª Feira | 5ª Feira                                  | 6ª Feira                                | Sábado | Domingo |
| <b>Objectivo Tático-Estratégico</b>     | Grandes Principios - Não Jogou  | Pequenos Principios                       | Folga    | Grandes Principios                        | Bolas Paradas                           | Folga  | Jogo    |
| <b>Objectivo Físico</b>                 | Regeneração Muscular  | Tensão + + +<br>Duração -<br>Velocidade + |          | Tensão + +<br>Duração +<br>Velocidade -   | Tensão +<br>Duração -<br>Velocidade + + |        |         |
| <b>Objectivo Psicológico</b>            | Desgaste Emocional -<br>Descontínuo +   | Desgaste Emocional +<br>Descontínuo ++    |          | Desgaste Emocional ++<br>Descontínuo +    | Desgaste Emocional -<br>Descontínuo +   |        |         |
| <b>Pré - Treino (Fora das 4 linhas)</b> | Coordenação Propriocepção   | Coordenação Velocidade                    | Folga    | Coordenação Velocidade                    | Coordenação Propriocepção               | Folga  | Jogo    |
| <b>Exercício 1</b>                      | Exercício de dominante técnica  | Jogo Reduzido - Foco no passe sob pressão |          | Jogo Reduzido - Foco no passe sob pressão | Circuito de Finalização                 |        |         |
| <b>Exercício 2</b>                      | Jogo S16  | Jogo Reduzido - Peq. Principios           |          | Grandes Principios                        | Bolas Paradas                           |        |         |
| <b>Exercício 3</b>                      | -   | Jogo Reduzido - Peq. Principios           |          | Grandes Principios                        | Bolas Paradas                           |        |         |
| <b>Exercício 4</b>                      | 1 - Força<br>2 - Jogo Reduzido<br>3 - FutVolei / Brincadeira<br>4 - Finalização | Jogo Reduzido - Peq. Principios           |          | Grandes Principios                        | Peladinha                               |        |         |
| <b>Exercício 5</b>                      |   | Jogo Reduzido - Peq. Principios           |          | Grandes Principios                        | -                                       |        |         |
| <b>Pós-Treino (Fora das 4 linhas)</b>   | Alongamentos  | Trabalho de fortalecimento do Core        |          | Trabalho de fortalecimento do Core        | Alongamentos                            |        |         |



## Anexo 2 | Jogos e resultados da época 2016/2017 sub17 do Póvoa Futsal Clube.

|    |                    | J001      | J002            | J003      | J004            | J005            | J006      | J007          | J008            | J009       | J010         | J011           | J012       | J013      | J014     | J015      | J016            | J017     | J018      | J019            | J020      | J021            | J022            | J023      | J024          | J025            | J026       | J027         | J028           | J029       | J030      | J031     | J032      | J033            | J034     | Total |
|----|--------------------|-----------|-----------------|-----------|-----------------|-----------------|-----------|---------------|-----------------|------------|--------------|----------------|------------|-----------|----------|-----------|-----------------|----------|-----------|-----------------|-----------|-----------------|-----------------|-----------|---------------|-----------------|------------|--------------|----------------|------------|-----------|----------|-----------|-----------------|----------|-------|
| Nº | Nome               | G.D.Viz o | Porto Rio Tinto | Ballo F.C | Matosi nhos F.C | Acade mico Lega | São Roque | Pedras Rubras | Moate Arcañil o | José Lopes | Moate Pedras | Arsenal Parada | Santa Cruz | Freixir o | Valong o | Arcañil o | Alfa Acade mico | Jaca F.C | G.D.Viz o | Porto Rio Tinto | Ballo F.C | Matosi nhos F.C | Acade mico Lega | São Roque | Pedras Rubras | Moate Arcañil o | José Lopes | Moate Pedras | Arsenal Parada | Santa Cruz | Freixir o | Valong o | Arcañil o | Alfa Acade mico | Jaca F.C |       |
|    |                    | 0-5       | 1-3             | 2-2       | 3-3             | 3-1             | 4-1       | 1-4           | 4-2             | 5-0        | 4-1          | 1-2            | 5-2        | 0-7       | 2-3      | 1-2       | 9-0             | 2-3      | 1-1       | 0-1             | 1-6       | 1-3             | 2-2             | 3-4       | 1-1           | 1-2             | 1-0        | 4-1          | 1-1            | 0-2        | 6-1       | 2-1      | 3-0       | 0-2             | 8-0      |       |
|    |                    | ●         | ●               | ●         | ●               | ●               | ●         | ●             | ●               | ●          | ●            | ●              | ●          | ●         | ●        | ●         | ●               | ●        | ●         | ●               | ●         | ●               | ●               | ●         | ●             | ●               | ●          | ●            | ●              | ●          | ●         | ●        | ●         | ●               | ●        | ●     |
| 88 | Diogo Rocha        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 0              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 33    |
| 9  | Gonçalo Nogueira   | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 34    |
| 7  | Guilherme Maio     | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 34    |
| 6  | Tiago Veloso       | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 0               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 0         | 0               | 0        | 30    |
| 10 | David Santos       | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 34    |
| 5  | Sérgio Saraiva     | 1         | 1               | 1         | L               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | CV         | 1            | 1              | CV         | CV        | 1        | 1         | 1               | 1        | 30    |
| 3  | José Machado       | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 0            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 0        | 1         | 0               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 0               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 30    |
| 8  | André Graça        | 1         | 1               | 1         | 1               | 1               | 0         | 0             | 1               | 1          | 1            | 1              | 0          | 1         | 1        | 0         | 1               | 1        | 1         | 0               | 1         | 1               | 1               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 1              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 1        | 29    |
| 11 | Leandro Costa      | 1         | 1               | 1         | 0               | 0               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 0              | 0          | 1         | 0        | 1         | 1               | 1        | 0         | 1               | 1         | 1               | 0               | 0         | 0             | 0               | 0          | 0            | 0              | 0          | 1         | 0        | 0         | 1               | 1        | 17    |
|    | José Novo          | 0         | 1               | 0         | 0               | 0               | 1         | 1             | 1               | 1          | 1            | 0              | 0          | 0         | 0        | 0         | 0               | 0        | 0         | 0               | 0         | 0               | 0               | 0         | 0             | 0               | 0          | 0            | 0              | 0          | 0         | 0        | 0         | 0               | 0        | 5     |
| 11 | Rui Nogueira       | 0         | 0               | 0         | 0               | 0               | 0         | 0             | 0               | 0          | 0            | 0              | 0          | 1         | 0        | 0         | 0               | 0        | 0         | 0               | 0         | 0               | 0               | 0         | 0             | 1               | 1          | 0            | 0              | 0          | 0         | 0        | 1         | 0               | 0        | 4     |
| 12 | David Costa        | 0         | 0               | 0         | 0               | 0               | 0         | 0             | 0               | 0          | 0            | 0              | 0          | 0         | 0        | 1         | 0               | 0        | 0         | 0               | 0         | 0               | 0               | 0         | 0             | 0               | 0          | 0            | 0              | 0          | 0         | 0        | 0         | 0               | 0        | 1     |
| 2  | Ricardo Ferreira   | 0         | 0               | 0         | 0               | 0               | 0         | 0             | 0               | 0          | 0            | 0              | 0          | 0         | 0        | 0         | 0               | 0        | 0         | 0               | 0         | 0               | 0               | 0         | 0             | 0               | 1          | 0            | 0              | 1          | 1         | 1        | 1         | 1               | 7        |       |
|    | Jogadores por Jogo | 9         | 10              | 9         | 7               | 8               | 9         | 9             | 10              | 10         | 8            | 7              | 7          | 10        | 8        | 9         | 9               | 8        | 8         | 7               | 9         | 8               | 8               | 8         | 8             | 6               | 9          | 9            | 8              | 8          | 8         | 9        | 9         | 9               | 9        | 9     |

## Anexo 3 | Base de golos por atletas da época 2016/2017 sub17 do Póvoa Futsal Clube.

| Nº | Nome             | J001      | J002            | J003      | J004            | J005           | J006      | J007          | J008         | J009       | J010         | J011           | J012       | J013     | J014    | J015    | J016           | J017     | J018      | J019            | J020      | J021            | J022           | J023      | J024          | J025         | J026       | J027         | J028           | J029       | J030     | J031    | J032    | J033           | J034     | Total |
|----|------------------|-----------|-----------------|-----------|-----------------|----------------|-----------|---------------|--------------|------------|--------------|----------------|------------|----------|---------|---------|----------------|----------|-----------|-----------------|-----------|-----------------|----------------|-----------|---------------|--------------|------------|--------------|----------------|------------|----------|---------|---------|----------------|----------|-------|
|    |                  | G.D.Viz o | Porto Rio Tinto | Ballo F.C | Mateosinhos F.C | Académico Leça | São Roque | Pedras Rubras | Monte Ararat | José Lopes | Monte Pedras | Arcañil Parada | Santa Cruz | Freixiço | Valongo | Arcañil | Alfa Académico | Jaca F.C | G.D.Viz o | Porto Rio Tinto | Ballo F.C | Mateosinhos F.C | Académico Leça | São Roque | Pedras Rubras | Monte Ararat | José Lopes | Monte Pedras | Arcañil Parada | Santa Cruz | Freixiço | Valongo | Arcañil | Alfa Académico | Jaca F.C |       |
|    |                  | 0-5       | 1-3             | 2-2       | 3-3             | 3-1            | 4-1       | 1-4           | 4-2          | 5-0        | 4-1          | 1-2            | 5-2        | 0-7      | 2-3     | 1-2     | 9-0            | 2-3      | 1-1       | 0-1             | 1-6       | 1-3             | 2-2            | 3-4       | 1-1           | 1-2          | 1-0        | 4-1          | 1-1            | 0-2        | 6-1      | 2-1     | 3-0     | 0-2            | 8-0      |       |
|    |                  | ●         | ●               | ●         | ●               | ●              | ●         | ●             | ●            | ●          | ●            | ●              | ●          | ●        | ●       | ●       | ●              | ●        | ●         | ●               | ●         | ●               | ●              | ●         | ●             | ●            | ●          | ●            | ●              | ●          | ●        | ●       | ●       | ●              | ●        | ●     |
| 88 | Diogo Rocha      |           |                 |           |                 |                |           |               | 1            |            |              |                |            |          |         | 1       |                |          |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          | 2     |
| 9  | Gonçalo Nogueira |           |                 |           | 1               |                |           |               | 1            | 1          |              |                |            |          |         | 1       | 1              |          |           |                 | 2         |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          | 7     |
| 7  | Guilherme Maio   |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            | 2            |                | 1          | 2        |         |         |                |          | 1         |                 |           |                 |                |           | 1             |              |            |              | 1              |            |          |         |         | 1              | 2        | 11    |
| 6  | Tiago Veloso     |           | 1               |           | 1               |                |           | 1             | 1            |            | 1            |                |            |          |         | 2       | 1              |          |           |                 | 2         |                 |                |           |               |              |            | 1            |                |            |          |         |         |                |          | 12    |
| 10 | David Santos     |           |                 |           | 1               |                |           | 1             | 1            |            |              |                |            | 1        |         | 2       | 2              | 1        |           |                 |           |                 | 1              | 1         |               |              | 1          |              | 1              |            |          |         |         | 1              | 2        | 16    |
| 5  | Sérgio Saraiva   |           |                 | 1         |                 |                | 3         | 1             | 1            | 1          | 1            | 1              | 4          | 1        | 1       |         |                |          |           |                 | 1         | 1               |                | 2         |               |              |            | 1            |                |            | 2        |         |         |                |          | 22    |
| 3  | José Machado     |           |                 | 1         |                 |                | 1         | 1             |              |            |              | 1              |            |          |         |         | 2              |          |           |                 |           |                 |                |           |               | 1            |            |              |                |            |          |         |         |                |          | 9     |
| 8  | André Graça      |           | 2               |           |                 | 1              |           |               |              | 2          |              |                |            | 2        | 1       |         | 1              |          |           |                 | 1         |                 |                |           | 1             |              |            | 1            | 1              |            | 1        | 3       |         | 2              |          | 21    |
| 11 | Leandro Costa    |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                | 1        | 1     |
|    | José Novo        |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          | 0     |
| 11 | Rui Nogueira     |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            | 1        |         |         |                |          |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         | 1       |                |          | 2     |
| 12 | David Costa      |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          | 0     |
| 2  | Ricardo Ferreira |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            |          |         |         |                |          |           |                 |           |                 |                |           |               |              |            |              |                |            | 2        |         |         |                | 1        | 3     |
| -  | MÉDIA            | 0         | 3               | 2         | 3               | 1              | 4         | 4             | 4            | 5          | 4            | 2              | 5          | 7        | 2       | 2       | 9              | 3        | 1         | 0               | 6         | 1               | 2              | 4         | 1             | 2            | 1          | 4            | 1              | 2          | 6        | 2       | 3       | 2              | 8        | 106   |
|    | Sofridos         | 5         | 1               | 2         | 3               | 3              | 1         | 1             | 2            | 0          | 1            | 1              | 2          | 0        | 3       | 1       | 0              | 2        | 1         | 1               | 1         | 3               | 2              | 3         | 1             | 1            | 0          | 1            | 1              | 0          | 1        | 1       | 0       | 0              | 0        | 0     |

# Anexo 4 | Base de golos por atletas da época 2016/2017 do Sport Comércio Salgueiros

| Nº | Nome                   | JO01     | JO02    | JO03                 | JO04                | JO05 | JO06     | JO07     | JO08    | JO09 | JO10     | JO11    | JO12                 | JO13                | JO14 | JO15     | JO16     | JO17    | JO18 | JO19 | JO20 | JO21 | JO22  | Total |
|----|------------------------|----------|---------|----------------------|---------------------|------|----------|----------|---------|------|----------|---------|----------------------|---------------------|------|----------|----------|---------|------|------|------|------|-------|-------|
|    |                        | Custóias | Infesta | Aldeia No Pasteleira | Leça Bali Lusitanos | Leça | SC Porto | Padroens | Sª Hora | Cruz | Custóias | Infesta | Aldeia No Pasteleira | Leça Bali Lusitanos | Leça | SC Porto | Padroens | Sª Hora | Cruz |      |      |      |       |       |
|    |                        | 2-0      | 3-2     | 6-0                  | 12-0                | 2-1  | 20-0     | 0-0      | 4-1     | 0-0  | 5-0      | 18-0    | 3-0                  | 0-0                 | 10-0 | 0-7      | 3-0      | 5--1    | 2-0  | 0-3  | 3-0  | 4-0  | 1--11 |       |
| 12 | Matheus Vasconcelos    |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 0     |
| 1  | Vasco Almeida          |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 0     |
| 24 | João Gonçalves         |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 0     |
| 2  | Daniel Cunha           |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          | 1       |      |      |      | 1    | 1     | 3     |
| 72 | Lucas Oliveira         |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          | 1       |      |      |      |      |       | 1     |
| 42 | Rui Diegues            |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      | 1        |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 1     |
| 19 | Juliano Pires          |          |         |                      | 1                   | 1    |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 2     |
| 4  | Tiago Silva            |          | 2       |                      | 2                   |      |          |          |         |      | 1        | 1       |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 6     |
| 6  | João António           |          |         |                      | 1                   |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      | 1     | 2     |
| 44 | José Pedro             |          |         |                      |                     |      | 1        |          |         |      |          |         |                      |                     | 2    | 1        |          |         |      |      |      |      |       | 4     |
| 28 | Marco Bolota           |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 0     |
| 13 | Gonçalo Seco           |          |         |                      |                     |      | 1        |          |         |      | 1        | 1       |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 3     |
| 5  | Gonçalo Santos         |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          | 1       | 1                    |                     |      |          | 1        |         |      |      |      |      |       | 3     |
| 8  | Gonçalo Moura          |          |         |                      |                     |      | 1        |          | 1       |      |          |         |                      |                     |      | 1        |          |         |      |      |      |      |       | 3     |
| 16 | Vitor Barbosa          |          |         |                      | 3                   |      |          |          | 1       |      | 1        |         |                      |                     |      |          |          |         | 1    |      |      |      |       | 6     |
| 50 | Paulo Daniel           |          |         |                      | 1                   |      |          |          |         |      | 1        | 1       |                      |                     |      | 1        | 1        | 3       |      |      |      |      |       | 8     |
| -  | Duarte Guedes          |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 0     |
| 71 | Angelo Diogo           |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     | 3    | 1        |          |         |      |      |      | 1    | 1     | 6     |
| 17 | Oscar Folha            |          |         |                      |                     |      | 2        |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         | 1    |      |      |      |       | 3     |
| 19 | Diogo Araújo           |          |         |                      |                     |      | 2        |          |         |      |          | 1       |                      |                     | 2    |          |          |         | 1    |      | 2    |      |       | 8     |
| 7  | Ruben Carneiro "Peixe" |          |         |                      |                     |      | 2        |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      | 2    |       | 4     |
| 27 | Filipe Pereira         |          |         |                      |                     |      | 5        |          |         |      |          |         |                      |                     |      | 1        |          |         |      |      |      |      |       | 6     |
| 10 | Ricardo Santos         |          |         | 3                    |                     |      |          |          |         |      |          | 2       |                      |                     | 1    |          |          |         |      |      |      |      |       | 6     |
| 11 | Rafael Faria           |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 0     |
| 45 | Igor Sousa             | 1        |         | 1                    | 3                   | 1    | 4        |          |         |      |          |         |                      |                     |      | 1        |          |         |      |      |      |      | 2     | 13    |
| 9  | Leonardo Ribeiro       | 1        |         | 2                    |                     |      | 2        |          |         |      |          | 4       |                      |                     | 1    |          | 1        |         |      |      |      |      |       | 11    |
| 77 | Francisco Coutinho     |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      |      |      |       | 0     |
| 20 | Leonardo Cardoso       |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |          |         |                      |                     |      |          |          |         |      |      | 1    | 2    | 1     | 4     |
| 99 | Diogo Moreira          |          | 1       |                      | 1                   |      |          |          | 2       |      | 1        | 7       | 1                    |                     | 1    | 1        |          |         |      | 2    |      |      | 3     | 20    |
| -  | MÉDIA                  | 2        | 3       | 6                    | 12                  | 2    | 20       | 0        | 4       | 0    | 5        | 18      | 3                    | 0                   | 10   | 7        | 3        | 5       | 2    | 3    | 3    | 4    | 11    | 123   |

**Anexo 5** | Jogos e resultados da época do Sport Comércio Salgueiros, com minutos por atleta.

| Nº | Nome                   | J001     | J002    | J003                 | J004                | J005 | J006              | J007    | J008 | J009     | J010    | J011                 | J012                | J013 | J014              | J015    | J016 | J017     | J018    | J019                 | J020                | J021 | J022              | Total   |      |       |
|----|------------------------|----------|---------|----------------------|---------------------|------|-------------------|---------|------|----------|---------|----------------------|---------------------|------|-------------------|---------|------|----------|---------|----------------------|---------------------|------|-------------------|---------|------|-------|
|    |                        | Custoias | Infesta | Aldeia No Pasteleira | Leça Bali Lusitanos | Leça | SC Porto Padroens | Sª Hora | Cruz | Custoias | Infesta | Aldeia No Pasteleira | Leça Bali Lusitanos | Leça | SC Porto Padroens | Sª Hora | Cruz | Custoias | Infesta | Aldeia No Pasteleira | Leça Bali Lusitanos | Leça | SC Porto Padroens | Sª Hora | Cruz | Total |
|    |                        | 2-0      | 3-2     | 6-0                  | 12-0                | 2-1  | 20-0              | 0-0     | 4-1  | 0-0      | 5-0     | 18-0                 | 3-0                 | 0-0  | 10-0              | 0-7     | 3-0  | 5--1     | 2-0     | 0-3                  | 3-0                 | 4-0  | 1--11             |         |      |       |
|    |                        | ●        | ●       | ●                    | ●                   | ●    | ●                 | ●       | ●    | ●        | ●       | ●                    | ●                   | ●    | ●                 | ●       | ●    | ●        | ●       | ●                    | ●                   | ●    | ●                 | ●       |      |       |
| 12 | Matheus Vasconcelos    | -        | -       | 80                   | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | 80      | -    | 80       | -       | -                    | -                   | 80   | 80                | ▲ 400   |      |       |
| 1  | Vasco Almeida          | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | 80                   | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | ▲ 80    |      |       |
| 24 | João Gonçalves         | 80       | 80      | -                    | 80                  | 80   | 80                | 80      | 80   | 80       | 80      | -                    | 80                  | 80   | 80                | -       | 80   | -        | 80      | 80                   | 80                  | -    | -                 | ▲ 1280  |      |       |
| 2  | Daniel Cunha           | 10       | 80      | 80                   | 40                  | 20   | -                 | -       | 20   | -        | -       | 40                   | -                   | -    | 40                | 40      | 15   | 80       | -       | 35                   | -                   | 80   | 80                | ▲ 660   |      |       |
| 72 | Lucas Oliveira         | 70       | -       | -                    | -                   | 60   | 80                | 80      | 60   | 80       | 80      | 40                   | 80                  | 80   | 40                | 40      | 80   | 40       | 80      | 45                   | 80                  | -    | -                 | ▲ 1115  |      |       |
| 42 | Rui Diegues            | -        | -       | 60                   | -                   | -    | -                 | -       | 40   | 55       | 40      | 80                   | 80                  | 80   | -                 | 40      | 30   | 80       | 30      | 80                   | 40                  | 40   | 80                | ▲ 855   |      |       |
| 19 | Juliano Pires          | 80       | 80      | -                    | 80                  | 80   | 40                | 80      | 60   | 80       | 80      | 80                   | 80                  | -    | 80                | 40      | 80   | 40       | 80      | 80                   | 40                  | 63   | -                 | ▲ 1323  |      |       |
| 4  | Tiago Silva            | 80       | 80      | 60                   | 60                  | 80   | 40                | 80      | 80   | 80       | 50      | 80                   | 80                  | 80   | -                 | 40      | 80   | -        | 80      | 62                   | 80                  | 17   | 19                | ▲ 1308  |      |       |
| 6  | João António           | -        | -       | -                    | 20                  | -    | 40                | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | 80                | -       | -    | 80       | -       | 18                   | -                   | 80   | 80                | ▲ 398   |      |       |
| 44 | José Pedro             | -        | -       | 80                   | -                   | -    | 40                | -       | -    | -        | 30      | 40                   | -                   | 40   | 80                | 40      | 40   | 40       | 5       | -                    | 1                   | 63   | 80                | ▲ 579   |      |       |
| 28 | Marco Bolota           | -        | 4       | 80                   | 40                  | -    | -                 | -       | 20   | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | ▲ 144   |      |       |
| 13 | Gonçalo Seco           | 80       | 65      | 20                   | 40                  | 80   | 80                | 80      | 40   | 80       | 80      | 40                   | 75                  | 80   | -                 | -       | -    | 80       | -       | 80                   | 1                   | 80   | 61                | ▲ 1142  |      |       |
| 5  | Gonçalo Santos         | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | 40                   | 80                  | 40   | 80                | 80      | 80   | 40       | 80      | -                    | 80                  | -    | 40                | ▲ 640   |      |       |
| 8  | Gonçalo Moura          | -        | -       | 40                   | -                   | 20   | 40                | 20      | 80   | 80       | 40      | -                    | 80                  | 80   | 40                | 40      | 50   | -        | 30      | -                    | 7                   | 17   | 40                | ▲ 704   |      |       |
| 16 | Vitor Barbosa          | 80       | 80      | -                    | 80                  | 80   | 80                | 80      | 40   | 25       | 50      | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | 40       | 75      | 80                   | 80                  | -    | -                 | ▲ 870   |      |       |
| 50 | Paulo Daniel           | 80       | 80      | 40                   | 60                  | 80   | 40                | 80      | -    | -        | 50      | 45                   | -                   | -    | 40                | 80      | 40   | 80       | 50      | 45                   | 80                  | 67   | 40                | ▲ 1077  |      |       |
| -  | Duarte Guedes          | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | ▲ 0     |      |       |
| 71 | Angelo Diogo           | 35       | 15      | -                    | 80                  | -    | -                 | -       | -    | -        | 30      | -                    | -                   | 40   | 80                | 40      | -    | -        | -       | 45                   | -                   | 80   | 40                | ▲ 485   |      |       |
| 17 | Oscar Folha            | 80       | 65      | -                    | 80                  | 80   | -                 | 60      | -    | 55       | 80      | 10                   | -                   | 40   | -                 | -       | -    | 40       | 75      | 36                   | 79                  | -    | -                 | ▲ 780   |      |       |
| 19 | Diogo Araújo           | 45       | 80      | 40                   | -                   | 60   | 80                | 80      | 40   | 80       | -       | 40                   | 75                  | 70   | 40                | 40      | 80   | 40       | 80      | 45                   | 73                  | 40   | 40                | ▲ 1168  |      |       |
| 7  | Ruben Carneiro "Peixe" | -        | -       | 40                   | 20                  | -    | 40                | -       | 80   | -        | -       | 40                   | 5                   | -    | 40                | 40      | 30   | 40       | -       | -                    | -                   | 80   | 40                | ▲ 495   |      |       |
| 27 | Filipe Pereira         | -        | -       | 20                   | 20                  | -    | 40                | -       | -    | -        | -       | -                    | 5                   | -    | 40                | 80      | -    | -        | -       | 44                   | -                   | 13   | -                 | ▲ 262   |      |       |
| 10 | Ricardo Santos         | -        | -       | 80                   | -                   | -    | -                 | -       | -    | 25       | 30      | 70                   | -                   | -    | 40                | -       | 40   | -        | 5       | -                    | -                   | -    | -                 | ▲ 290   |      |       |
| 11 | Rafael Faria           | -        | -       | 20                   | -                   | -    | -                 | -       | 40   | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | 40   | 40       | -       | -                    | -                   | 40   | -                 | ▲ 180   |      |       |
| 45 | Igor Sousa             | 50       | 40      | 40                   | 80                  | 80   | 80                | 80      | 40   | 80       | 80      | -                    | 80                  | 80   | -                 | 80      | -    | -        | -       | -                    | 79                  | -    | 80                | ▲ 1049  |      |       |
| 9  | Leonardo Ribeiro       | 30       | 40      | 80                   | 40                  | 40   | 80                | -       | 40   | 60       | -       | 80                   | -                   | 10   | 40                | -       | 65   | 40       | 30      | -                    | -                   | -    | -                 | ▲ 675   |      |       |
| 77 | Francisco Coutinho     | -        | 15      | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | ▲ 15    |      |       |
| 20 | Leonardo Cardoso       | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | -                   | -    | -                 | -       | -    | -        | -       | -                    | 7                   | 40   | 40                | ▲ 87    |      |       |
| 39 | Diogo Moreira          | 80       | 80      | -                    | 40                  | 40   | -                 | 80      | 80   | 20       | 80      | 80                   | 80                  | 80   | 40                | 80      | -    | -        | 50      | -                    | 73                  | -    | 40                | ▲ 1023  |      |       |
|    | Tempo de jogo total    | 880      | 884     | 860                  | 860                 | 880  | 880               | 880     | 840  | 880      | 880     | 885                  | 880                 | 880  | 880               | 880     | 830  | 880      | 830     | 775                  | 880                 | 880  | 880               |         |      |       |

